



## Les bienfaits du sport sur la santé et sur le moral

### Heuqueville

Que le sport fasse partie du quotidien de plus de Français, tel est l'objectif du Road tour sports pour tous. Lancé avec succès en 2021, le Road tour sports pour tous, organisé par la Fédération française sports pour tous et les comités régionaux, notamment le Comité régional Normandie, est reparti sur les routes de France. Lundi 23 mai, la commune accueillait pour la deuxième année une étape avec au programme de nombreuses activités. Le matin, ce sont les écoliers de la commune qui étaient invités à participer aux divers ateliers. La météo ayant quelque peu perturbé le déroulement, certaines activités prévues à l'extérieur ont été déplacées en intérieur. Ainsi, les écoliers de petite, moyenne et grande section ont découvert le golf avec Norbert Douilly et Christian "Golf Evasion" de Mannevillette, tandis que les CP, CE1 et CE2 s'initiaient un peu plus loin avec des "profs" qui n'étaient autres que Patrick Bucourt et Patrick Fontaine, maire d'Heuqueville et de Mannevillette. Speedball, tchoukball, atelier motricité pour les petits, la matinée est vite passée. Après un bon déjeuner partagé tous ensemble, les activités ont repris pour les écoliers de primaire rejoints par les écoliers de Mannevillette. Activité chorégraphiée, tchoukball, golf et pour les écoliers de CM1/CM2 de Mannevillette, tennis de table. Les jeunes Heuquevillais ayant la chance de pratiquer avec la section tennis de table du Réveil des falaises. Autant d'acti-

vités sportives qui ont bien plu aux enfants, notamment le golf qui a été une découverte. Ensuite de 16 à 20 heures, les adultes étaient invités à bouger : tennis de table, pound (entraînement cardiovasculaire), gym seniors, speedball (sport de raquette dont le principe est de frapper la balle fixée au bout d'un fil de nylon en inversant le sens de rotation autour d'un mât), Pilates, golf... pas de tout repos mais quel bienfait ressenti ! Une journée sportive qui aura peut-être donné envie de poursuivre, de reprendre une discipline délaissée.



**Les enfants de la maternelle ont découvert le golf, une activité qui leur a bien plu**

