



CASTELNAU-D'ESTRETEFONDS

Vie locale et associative

Un dimanche de rando pour la santé



Renseignements, hésitations...

Dimanche 6 octobre, la Mutualité Française Occitanie, avec la collaboration du Comité Régional de Randonnée Pédestre et le soutien de la ville de Castelnau d'Estrétefonds et la Caisse primaire d'assurance maladie de Haute-Garonne, avaient organisé une Rando Santé Mutualité. Une occasion d'apprécier les bienfaits de l'activité physique sur la santé.

Dès 8h30, l'accueil et l'inscription des participants se sont fait autour d'un petit déjeuner offert. Et dès 9h30, c'est au travers de plusieurs circuits de marche, alliant découverte du patrimoine local et santé, que fut donné le départ. Le premier circuit d'une distance de 12 km avec un dénivelé de 300 m, a été parcouru en 1h55 par **Jean-Joseph Galindo**, avec une moyenne de 6 km/h. Le second de 8,8 km, avec un dénivelé de 135 m a précédé le «circuit famille» d'une distance de 5,2 km avec un dé-

nivelé de 183 m. Une matinée sportive qui a réuni un nombre important de participants.

Le «village santé» a accueilli bon nombre de professionnels et d'associations: Diététicienne, Comité Départemental de la Randonnée Pédestre, Association Française des Diabétiques, Centre régional de coordination des dépistages des cancers (CRCDC), Croix Rouge Française, Fédération Française Sports pour tous, Kinésithérapeute, Association « Visite des Malades en Etablissements Hospitaliers » (VMEH), Fédération Française des donneurs de sang bénévoles (FFDSB), Association «Vivre et connaître Castelnau» (Histoire et patrimoine du village) et Associations locales (Ateliers d'initiations sportives). Jeux et animations avaient été proposés aux enfants. Un pique-nique convivial a clôturé cette matinée ensoleillée.

MLFM



1er, J.J. Galindo sur 12 km en 1h55.



Participation active des marcheurs de St Sauveur.



Une arrivée très joyeuse.