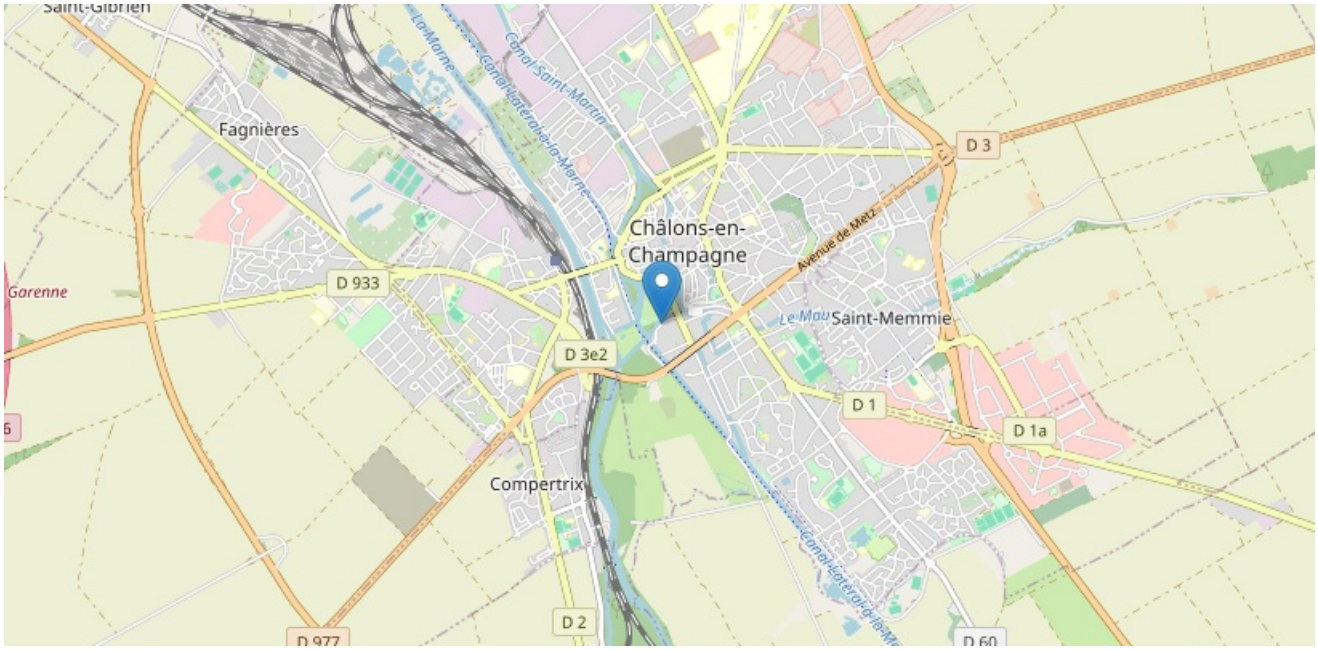
Activité Physique Adaptée - Dragon Champ'Ladies

Soin de support (INCa) | Adultes | Après-cancer | Activité physique adaptée



ADRESSE

Centre Nautique Municipal Rue du Canal Louis XII
51000 Châlons-en-Champagne

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

: 03 26 64 46 37

: champdragonladies@gmail.com

: club@avironcanoekayak.fr

https://www.facebook.com/people/Champ-Dragon-Ladies/100088172813749/

STRUCTURE

ACTIONS CROISEES
Complexe Gérard Philippe Bât A - Salle 42 19 Avenue du Général Sarrail
51000 Châlons-en-Champagne

Saviez-vous que Châlons en Champagne dispose d'un plan d'eau naturel de plus de 10 km de long ?

Le club d'aviron et de canoë-kayak, Les Pelles Châlonnaises, vous accueille dans des installations confortables et pratiques.

LE GROUPE » CHAMP'DRAGON LADIES » DE LA SECTION SPORT et SANTÉ DRAGON BOAT :

Les séances, encadrées par des éducateurs sportifs sport santé, ont lieu chaque dimanche matin de 9h30 à 11h30 sur la Marne dans une ambiance très joyeuse. Dans le dragon boat, il y a des personnes relevant du sport santé avec des pathologies très différentes les unes des autres mais surtout des dragon ladies , des femmes atteintes de cancer du sein ou en rémission.

Les « Champ dragon ladies » sont très dynamiques et c'est cela qui incite les nouvelles personnes a intégrer le groupe.

LES BIENFAITS DU DRAGON BOAT DANS LE CADRE D'UN CANCER DU SEIN :

Cette activité de Sport Santé permet de :

Ø Réduire le risque de récidive du cancer ;

Ø Stimuler le drainage et éviter le lymphœdème du bras appelé maladie du gros bras ;

Ø Diminuer la fatigue et les effets secondaires liés aux traitements ;

Ø Améliorer la respiration, les capacités musculaires et cardio-respiratoires ;

Ø Éliminer l'anxiété et la dépression en favorisant le lien social ;

Ø Permettre un meilleur sommeil et une meilleure qualité de vie.