



## **Communiqué de presse**

**Ramer en Rose: un programme d'aviron lancé par le Club d'Aviron Vézenaz (CAV) pour les personnes atteintes d'un cancer du sein.**

**Le CAV lance le 30 octobre 2019 son programme Ramer en Rose, permettant une initiation à l'aviron aux personnes en traitement pour un cancer du sein, ainsi qu'à celles qui ont achevé leur parcours thérapeutique. Les cours seront adaptés à la condition physique de chaque participante et encadrés par des professionnels de la santé.**

Les bienfaits de l'activité physique dans la lutte contre les effets secondaires des traitements et le risque de récurrence du cancer sont bien reconnus depuis longtemps. La pratique de l'aviron, un sport complet qui se fait seul ou en équipe, est particulièrement bénéfique pour les personnes atteintes par le cancer du sein, tant sur le plan physique que psycho-social. Sport de plein air, sport d'endurance, sport sans impact, l'aviron améliore l'équilibre, fortifie et tonifie les muscles et active le drainage lymphatique.

Dans le sillage de ce qui se fait avec grand succès depuis plus d'une décennie aux Etats-Unis et plusieurs pays européens, et depuis un an à Lausanne, le Club d'Aviron Vézenaz souhaite faire profiter les femmes atteintes d'un cancer du sein des bienfaits de l'aviron dans leur lutte contre la maladie.

Le programme, qui aura lieu tout au long de l'année, sera constitué de deux modules de 6 cours chacun (1. Initiation / 2. Perfectionnement, 12 semaines au total). Chaque module de 6 cours coûtera CHF100.-

Fondé en 1967, le CAV est fier d'un palmarès qui comprend d'innombrables titres aux niveaux suisse, européen et mondial, et couronné par la médaille d'or de Lucas Tramèr aux Jeux Olympiques de Rio 2016. Médecin convaincu par les bienfaits de l'aviron sur la santé, notre champion olympique Lucas Tramèr parraine le programme **Ramer en Rose** du CAV.

Pour les inscriptions, nous vous prions de nous contacter à l'adresse suivante : [cav.ramerenrose@gmail.com](mailto:cav.ramerenrose@gmail.com)

Pour tout renseignement concernant le présent communiqué, veuillez vous adresser à Camilla Koudriaev ([camilla.koudriaev@gmail.com](mailto:camilla.koudriaev@gmail.com), ou tél :079 718 26 45).

Vézenaz, le 7 octobre 2019