

DU 09 AU 11 SEPTEMBRE 2016

RANDONNÉE CYCLISTE DU DIABÈTE



Nous avons pour projet cette année un week-end en Auvergne du 9 au 11 septembre. Cette rencontre permet de rassembler tous les adhérents et d'intégrer les nouveaux diabétiques qui découvrent la randonnée.

« On peut pratiquer une activité physique en étant diabétique »

L'idée, « faire comprendre que l'on peut pratiquer une activité physique en étant diabétique. Apprendre aussi à gérer son diabète pendant l'effort ». « La maladie est un compagnon qui nous suit 24 h/24. Il faut toujours être vigilant pour savoir si on a le droit de manger ou boire quelque chose. On a aussi des moments de révolte et de ras-le-bol mais le sport permet une meilleure maîtrise de cette maladie.

QUI SOMMES NOUS ?

- La RCD (Randonnée Cycliste du Diabète) est une association créée il y a 22 ans en Haute - Savoie, par des passionnés. Elle véhicule une image dynamique et positive de la maladie.

QUE FAISONS NOUS DEPUIS 22 ANS ?

- Notre but est de permettre à des Diabétiques de participer, à vélo, à des randonnées sur plusieurs jours, en direction des villes où se déroulent des événements liés aux activités des Associations de Diabétiques comme en 2003 avec le congrès mondial du Diabète.

**DIABÉTIQUES
JEUNES OU
MOINS JEUNES
LAISSEZ VOUS
TENTER PAR
L'AVENTURE
SPORTIVE**

PLUS D'INFOS SUR WWW.CYCLODIABETE.COM

Retrouvez plus de détails sur notre site web ou port: 06.24.58.79.51.

« Telles les hirondelles messagères du printemps, nous venons vous dire, à bicyclette, à tous les diabétiques, que le diabète est maîtrisable par l'activité physique, avec joie, convivialité et solidarité... »

À DIABÉTIQUE, RIEN
D'IMPOSSIBLE