

Indre sports et loisirs

Avec Rondisport on bouge sans être jugé

03/10/2012 05:38

L'association Rondisport s'évertue à tordre le cou à l'idée reçue suggérant que les personnes à forte corpulence sont inaptes à la pratique du sport.



Les séances ont lieu le jeudi, dans le gymnase de la rue Ampère.

Rien ne sert de maigrir, encore faut-il bouger. Tel pourrait être le point de départ de notre histoire. Voilà plusieurs années, le docteur Sodji, spécialisé dans cette chirurgie bariétrique qui vise à diminuer la quantité d'aliments absorbés par des personnes obèses, arrive au constat suivant : pour perdre durablement du poids, la pose d'un anneau gastrique ne suffit pas toujours. Cette intervention doit aussi s'accompagner d'une véritable activité physique. Ainsi naît l'opération Rondisport. A Châteauroux, il faut attendre 2010 pour assister à la création d'une antenne locale.

Dans la joie et la bonne humeur

Véritablement lancée en septembre 2011 avec l'élection du bureau dorénavant présidé par Sonia Lhuillier, l'association comptait une trentaine d'adhérents à la fin de la saison passée. Le but, à l'orée de l'exercice 2012-2013, est de faire beaucoup mieux.

« Pour les personnes de forte corpulence comme pour tout le monde, l'exercice est indispensable. Simplement, certains et certaines n'osent pas à se rendre dans les salles de gym, par crainte de croiser des belles minettes bien fichues. Chez nous, pas de jugement. Et pas de compétition non plus. Gymnastique douce et renforcement musculaire sont effectués sous la conduite d'un animateur de l'Ufolep. Et tout se fait dans la joie et la bonne humeur. »

Outre ces séances organisées le jeudi, de 18 h 30 à 20 h, au gymnase de la rue Ampère, Rondisport 36 propose des cours d'aquagym, le lundi, de 19 h 30 à 20 h. Faute de place dans les piscines castelroussines, les cours ont lieu à Argenton. Marche et marche nordique constituent les autres activités pratiquées par Sonia Lhuillier et l'ensemble de son équipe.