

L'association Rondisport 87 aborde l'amaigrissement en douceur et s'adapte à chacun

- LIMOGES

- VIE PRATIQUE - CONSOMMATION

Publié le 02/11/2013



Comme tous les jeudis, à 18 heures, la séance d'aquagym vient de commencer, dans le bassin de l'hôpital de jour Baudin. © Photo Thomas Jouhannaud
Créée il y a neuf ans par le docteur Maxime Sodji, aujourd'hui vice-président, Rondisport 87 aide les personnes en surpoids ou obèses à maigrir et reprendre une activité physique.

Problèmes de dos, douleurs aux articulations, peur d'être jugé... Le surpoids et l'obésité peuvent vite freiner la pratique sportive, pourtant nécessaire quand on veut perdre les kilos superflus ou retrouver du plaisir à bouger.

Le sport plaisir et le bien-être

L'association Rondisport 87, qui aborde l'amaigrissement en douceur, s'est attaquée au problème et propose, dans un cadre protégé, des séances de marche classique et nordique, de badminton, de gym et d'aquagym adaptées aux contraintes de chacun. « Nous ne sommes pas dans une politique d'amaigrissement à tout prix, mais plutôt dans le sport plaisir et le bien-être. On ne précipite pas les gens, chacun fait selon ses possibilités, le tout dans une ambiance détendue. Nous sommes d'ailleurs très dissipés ! On papote avant les séances de sport, et on commence souvent en retard... », explique Céline Fourniès, trésorière.

Car le sport n'est pas le seul souci de l'association, qui compte à ce jour une trentaine de membres : féminité, réappropriation du corps, image de soi et encouragements entre membres font partie de ses préoccupations...

Créée il y a neuf ans, Rondisport 87 avait pour but la préparation et le suivi d'une opération de pose d'un by-pass. Mais les choses ont évolué. « Tout le monde n'est pas opérable, et certains ne souhaitent pas l'être, nuance la trésorière. C'est pourquoi nous sommes ouverts à tous : parcours médicalisé ou non, ados, retraités... »

Aucune compétition

Même si elle compte dans ses partenaires des professionnels de la médecine et qu'elle s'occupe de santé, « l'association n'est pas médicale. Elle est satellite du secteur. Elle n'est pas non plus sportive, puisque l'esprit de compétition y est totalement étranger. Difficile, donc, de nous ranger dans une case », précise enfin le président, Marc Baptiste, avant de sauter dans le bassin de l'hôpital de jour Baudin, où le cours d'aquagym est sur le point de commencer...

Marion Buzy

- **LIMOGES**