



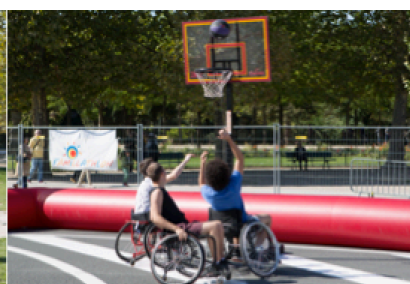
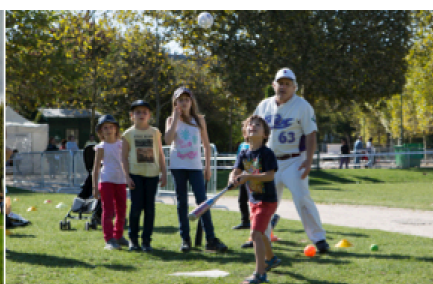
**Le rendez-vous du sport
santé, solidarité en famille**

Communiqué de presse
Le 23 juillet 2019

Rentrée 2019 = mettez du sport dans vos agendas

**Rendez-vous à
Paris, Nevers, Mulhouse, Luzarches et Versailles
entre le 14 septembre et 6 octobre 2019**

**15^{ème} édition du Famillathlon
L'événement sport et famille gratuit !**



Famillathlon : partager les plaisirs et bienfaits du sport

Le Famillathlon, placé sous le patronage du Ministère des Sports, permet de sensibiliser les familles aux valeurs sportives, à la prévention santé et aux actions de solidarité.

Ouvert à tous, gratuit, convivial et intergénérationnel, il est organisé chaque année dans plusieurs villes de France et en Europe.

Grâce à un réseau de bénévoles, de moniteurs et professeurs de sports, de professionnels de la santé et de partenaires, le Famillathlon sensibilise et encourage les différentes générations à pratiquer régulièrement une activité physique.

Au programme, une journée pour découvrir, partager et pratiquer de nombreux sports et animations en plein air : athlétisme, running, arts martiaux, escrime, tennis de table, boxe anglaise, gym douce, bowling, rugby, cyclotourisme, basketball, handball, gateball, volley ball, tir à l'arc, football, roller, kiddy sport, ateliers step, haltères, ballons paille, échelle de rythme, cerceaux, mur d'escalade, tai chi, yoga, fun and fit, molky, kendo, kinomichu, course d'orientation, base ball, football américain... **mais aussi du handisport :** Tandem non-voyant, cecifoot, parcours fauteuil roulant, handipetra, musique et handicap, danse country en fauteuil, handi petra ...

Transmettre le goût et l'envie de sport aux enfants

Le plaisir associé à l'activité physique pendant l'enfance et l'adolescence influence positivement la fréquence et le niveau de pratique du futur adulte. Aussi, le rôle et l'implication des parents sont essentiels dans l'évolution des comportements physiques de leurs enfants.

Leur faire découvrir dès le plus jeune âge des activités sportives, les encourager et les suivre dans "leur sport" est bénéfique pour toute la famille.

Aujourd'hui, les enfants sont plus sédentaires notamment en raison de l'invasion des écrans auxquels ils consacrent beaucoup trop de temps au détriment de l'activité physique.

"En 40 ans, nos collégiens ont perdu environ 25% de leur capacité physique" (source : Fédération française de cardiologie - 2017). Pourtant, une activité physique pratiquée jeune est la meilleure garantie que cette bonne habitude sera poursuivie tout au long de la vie au plus grand bénéfice du bien-être et de la santé.

L'activité physique favorise en effet une croissance et un développement sains, les habiletés motrices, la flexibilité, la posture, l'agilité et l'équilibre. Les activités qui demandent à l'enfant d'appréhender son poids, comme lorsqu'il grimpe ou saute par exemple permettent d'augmenter la densité de ses os et donc leur résistance.

C'est bon pour tout : les enfants actifs ont une meilleure estime d'eux-mêmes, gagnent en confiance et ont une meilleure image de leur corps.

Le sport favorise également l'intégration sociale : "c'est l'école de la vie".

Les rendez-vous Famillathlon 2019

Ville	Date
Nevers (58)	14 septembre
Mulhouse (68)	29 septembre
Luzarches (95)	29 septembre
Paris (75)	29 septembre
Versailles (78)	6 octobre

A propos du Famillathlon

Le Famillathlon a été créé en 2005 par l'association Famillathlon Organisation, dans le but de fédérer les membres de la famille autour de la pratique et des valeurs du sport. L'événement a lieu chaque année en septembre à Paris dans de nombreuses communes de France et dans le monde à travers une journée d'ateliers ludiques et sportifs gratuits.

En 2018 :

60 000 participants en France et en Europe, toutes générations et cultures confondues

360 associations, clubs et ligue présents pour animer les activités sportives et ludiques

25 activités handisports représentées

700 bénévoles pour assurer les animations

1 projet Européen : développement du concept en Erasmus+Sport "PARENTS" en Espagne et Italie.

Retrouvez toutes les informations sur : www.famillathlon.org

CONTACTS PRESSE : Agence VLC

Valérie LESEIGNEUR - Tél. 06 68 80 37 35 - valerie@agencevlc.com

Joy LION - Tél. 07 62 59 65 86 - joy@agencevlc.com



MINISTÈRE
DES SPORTS

