

## « Nagez forme santé » : le goût du sport

Mise en place en septembre dernier, à l'initiative de Céline Treiber, directeur sportif du Cercle des nageurs d'Epinal, et en partenariat avec l'association Saphyr, l'activité « Nagez forme santé » est désormais bien implantée au sein du club.

Cette section est destinée aux personnes atteintes de maladies chroniques (diabète, cancer, obésité, arthrose, insuffisance respiratoire, asthme, etc.) et a pour but de redonner le goût à l'effort par l'intermédiaire du sport. A ce titre, Céline Treiber précise : « Pour l'heure, les sessions font le plein et jusqu'à ce jour, ce ne sont que des femmes qui

*intègrent l'activité ». « J'adapte le rythme en fonction des pathologies et il est très intéressant de constater l'engouement avec lequel les participantes s'impliquent ! ».* Précisons que Céline Treiber possède la qualification requise d'éducateur fédéral « Aqua Santé » et que les cours de natation adaptés permettent aux unes et aux autres de retrouver le plaisir de l'effort.

Afin d'optimiser au mieux cette pratique, le CNE a intégré le dispositif Saphyr qui propose gratuitement sept séances de natation encadrées. A l'issue de celle-ci, un bilan individuel est dressé sur la suite à réserver à cette pratique.

Au terme des sessions, l'important est que chaque participante continue le sport et, à ce titre, plusieurs d'entre elles ont pris une carte d'adhérente au sein du CNE, ce qui comble Céline Treiber.

Pour pouvoir fréquenter « Nagez forme santé », une seule obligation : savoir nager. Alors, si vous êtes intéressé par ces cours, qui se composent de 5/6 personnes, contactez Céline Treiber par mail à l'adresse suivante : [celinetreiber.cne@orange.fr](mailto:celinetreiber.cne@orange.fr)

Céline Treiber a mis en place l'activité « Nagez forme santé ».

