



DRAGON LADIES
SNC.Compiègne

LE DRAGON BOAT

L'activité nautique qui vous aide
à mieux combattre
le cancer du sein

Inscription
toute
l'année

TOUS LES
SAMEDIS AU
SNC
—
COMPIÈGNE

Rejoignez-nous sur 

DRAGON LADIES de Compiègne

Le SNC propose principalement aux femmes atteintes d'un cancer du sein, ou l'ayant été, de participer à une activité nautique ludique et originale : le Dragon Boat. Bénéfique tant sur le plan physique que psychologique, venez pagayer au rythme du tambour et dynamiser votre week-end sur des bateaux aux origines ancestrales.

DRAGON LADIES

SNC. Compiègne

PAGAYER CONTRE LE CANCER DU SEIN

Le bénéfice d'une Activité Physique Adaptée pour les femmes atteintes d'un cancer du sein est aujourd'hui indéniable et approuvé par l'ensemble de la communauté médicale. Devenir une Dragon Ladies peut vous aider à diminuer la fatigue et les effets secondaires dus aux traitements, améliorer les capacités musculaires et cardiorespiratoires, réduire le risque de récurrence. C'est aussi moins d'anxiété et de dépression, un meilleur sommeil et globalement une meilleure qualité de vie. Mais surtout, Dragon Ladies, c'est une très belle aventure humaine.



Isabelle AUBE

Masseuse -
kinésithérapeute

Les Dragons Ladies sont des femmes pour qui il y a une vie après le cancer, elles nous montrent que la maladie ne les empêche pas d'avoir des projets.

En pagayant, malgré les douleurs post-traitement, elles renouent de bonnes relations avec leur corps, peuvent aller jusqu'au dépassement de soi et, parfois, rompre avec l'isolement.

Surtout, le Dragon boat est un sport solidaire et de cohésion.

UNE ACTIVITÉ SPORT SANTÉ POUR TOUTES

La section Dragon Ladies du Sport Nautique Compiégnois accueille toutes les femmes ayant eu un cancer du sein. Vous devez savoir nager et, comme pour toute pratique sportive, votre médecin devra vous délivrer un certificat médical. Et c'est parti...

CÔTÉ PRATIQUE...

Vous pouvez vous inscrire tout au long de l'année. Les entraînements se déroulent tous les samedis à 9H au SNC (Sport Nautique Compiégnois). L'équipe encadrante est au petit soin pour vous, joie et bonne humeur sont au rendez-vous...

ET L'OBJECTIF FINAL ?

Venise bien sûr : la Vogalonga, un rassemblement incontournable de Dragon Ladies venues des quatre coins de la planète. Un moment inoubliable dans un lieu magique. Un marathon de 32 km à travers la lagune, un défi à relever...

