

## Une journée découverte de l'aviron, sur le canal - Caen

lundi 15 avril 2013



Les premiers « pas » sur l'eau pour Suniva, une débutante.

Ce week-end une opération portes ouvertes a été organisée sur le canal, au club d'aviron de la Société nautique de Caen et du Calvados. Fondée en 1883, c'est la plus ancienne association sportive de Caen. Actuellement 375 rameurs sont inscrits, que ce soit en compétition ou pour le loisir comme sport d'entretien. Il faut ajouter également les 1 200 personnes qui s'initient chaque année dans le cadre de l'aviron scolaire, universitaire ou pendant les journées portes ouvertes. On peut commencer l'aviron dès 12 ans et ensuite sans limite d'âge.

François Bienvenue, vice-président du club, précise que la pratique de l'aviron comme sport de loisir ne demande pas d'aptitudes physiques particulières. Par contre, il permet rapidement un renforcement musculaire des cuisses et de la ceinture abdominale. Pour les débutants, la découverte de ce sport est souvent enthousiaste, à l'image de Suniva, samedi matin, sortant prudemment de son frêle esquif : « **Génial, je reviendrai !** »

Les personnes qui souhaitent s'initier peuvent prendre contact avec le club, au 02 31 93 36 14.

