

Publié le 27/05/2010 13:58 | S.G.

Les enfants aussi peuvent faire de la gym volontaire association



Barres, poutres, tapis... l'association de la gymnastique volontaire offre de multiples possibilités aux plus jeunes. / Photo DR

Toulouse/«J'ai démarré la gymnastique volontaire à 2 ans, lance du haut de ses 8ans Célia, jolie brunette. Aujourd'hui, j'adore la barre, la poutre, le sol et je m'appête à faire de la compétition artistique. »

En 2010, le problème de l'obésité chez les enfants, même très jeunes, est devenu un réel problème de santé publique. Pour tenter de juguler ce fléau, l'Association gym volontaire (AGV) organise des cours pour les bébés dès 9 mois. « Ces séances donnent envie aux enfants de s'initier très tôt à la gymnastique, souligne Gérard Ricard, président départemental de l'AGV. À 9 mois, les tout-petits peuvent faire de la « gym câline » avec l'un de leurs parents, autour de mouvements de motricité indispensables et vivre un moment d'échange privilégié avec leur maman, par exemple. »

Malgré l'idée reçue, les jeunes ne rechignent pas à la gymnastique : « Il faut trouver les bons mouvements, suivre les enfants aussi, ajoute Laurence Guibal, conseillère en développement. La force de l'AGV, (28 salles à Toulouse et périphérie) est d'accompagner l'individu, sans chercher de dépassement de soi. Elle est aussi accompagnée de diverses animations (randonnée, VTT) qui prolongent un peu cette discipline salutare. »

*Une action de sensibilisation avec MacDo à Rouffiac est lancée le 26 mai à midi et 16 heures.
www.ffepgv.org Tél. 0 5 62 24 1 9 24