



## Pays fouesnantais

### Bénodet

# Adoptez la zen attitude pour la journée bien-être

Une animation gratuite, ludique et sportive est organisée dans le cadre de la Journée mondiale du bien-être. Rendez-vous, samedi 11 juin, sur l'esplanade du Casino.

Dans le cadre de la Journée mondiale du bien-être (85 pays, 500 établissements en France) la ville de Bénodet, l'office de tourisme et ses partenaires organisent une animation gratuite, ludique et sportive, autour du thème du bien-être le samedi 11 juin.

La première édition, l'an dernier, avait été organisée en interne par le relais Thalasso de Bénodet. Cette année, l'établissement sort de ses murs pour proposer des démonstrations sur le thème du bien-être et de l'alimentation, avec un atelier de cuisine aux algues. Philippe Gomez, l'ancien directeur du centre Thalasso est à l'origine de cette journée, chapeauté par la mairie.

Le projet réunit une dizaine de partenaires afin d'offrir un maximum d'ateliers, aussi bien sur l'eau qu'à terre. Dont la Thalasso, le Casino, le Spa bien-être, et le Cogedim Club. Un village « bien-être » sera installé sur l'esplanade du Casino, avec un espace zen offrant des massages et modelages, ainsi qu'un espace détente.

Différentes associations sont venues se greffer au projet et proposeront des activités. Le club de kayak quimpérois, et l'Ucpa animeront le plan d'eau de la plage du Trez avec des paddles, des kayaks et des dragon boats. En présence de Yannick Laousse, champion d'Europe d'ocean-racing.

Sur la plage, des parties de beach tennis seront organisées par le Tennis-club. Des animations de zumba et de danses bretonnes menées par le cercle celtique des Korollerien auront lieu sur l'esplanade du Casino. Bénodet-accueil proposera des marches ludiques sur la commune.

La librairie de La Plage tiendra un stand avec une sélection de livres sur le thème du bien-être et de l'alimentation. Une tombola, organisée par le Casino permettra de remporter des lots. « **Et de nombreuses surprises seront aussi à découvrir sur place** », précise Sarah Belasky, directrice de l'office de tourisme. Toutes les animations ainsi que la tombola seront gratuites.



Une journée centrée sur le bien-être, avec des massages, modelages, et de nombreuses animations.

Archives Ouest-France