

La piscine de Guingamp-Paimpol Agglomération, Islandia, à Paimpol se mobilise contre le cancer : deux soirées thématiques placées sous le signe de la solidarité et du bien-être

Fidèle à ses valeurs de solidarité, de prévention et de promotion de la santé, Guingamp-Paimpol Agglomération affirme son engagement dans la lutte contre le cancer à travers une mobilisation active de ses équipements et de ses partenaires. Chaque année, l'Agglomération prend part aux temps forts nationaux que sont **Octobre Rose** et **Movember**, en soutenant des actions de sensibilisation, en facilitant l'accès à l'information et en favorisant l'organisation d'événements ouverts à toutes et à tous.

À travers ces initiatives, l'Agglomération souhaite rappeler que la lutte contre le cancer est l'affaire de chacun : elle repose autant sur la **prévention**, la **pratique d'une activité physique régulière**, que sur le **soutien aux malades** et à la **recherche médicale**. En mettant à disposition ses structures sportives comme la piscine Islandia à Paimpol, et en s'associant à des partenaires de santé reconnus, Guingamp-Paimpol Agglomération agit concrètement pour faire avancer cette cause de santé publique essentielle.

"La Vie en Rose" Soirée Aqua Zen

Vendredi 17 octobre 2025, de 18h30 à 20h30

Cette soirée bien-être, organisée en soutien à la lutte contre le cancer du sein, proposera une véritable parenthèse de douceur et de relaxation.

Dans une ambiance tamisée, agrémentée d'une douce musique et d'espaces chauffés à 33°C, les participants auront accès à un parcours de thalassothérapie enrichi, encadré par des professionnels du bien-être et de la santé.

Au programme (sans réservation) :

- Accès libre aux bassins, sauna, hammam et spa
- Ateliers encadrés de Qi Gong, relaxation aquatique, médecine chinoise, massage, ostéopathie, Aqua Zen, bols tibétains
- À 20h : bar à sieste aquatique, pour se laisser bercer par les bienfaits de l'eau chaude
- Dégustation de tisanes, infusions artisanales et kéfir tout au long de la soirée

Tarif unique : 9,50 €

(4 € reversés à la Ligue contre le cancer)

Ouvert à toutes et à tous dès 14 ans

"Movember Challenge" CrossFit Aquatique

Jeudi 6 novembre 2025, de 19h30 à 20h30

À l'occasion de **Movember**, mois de sensibilisation au cancer de la prostate, la piscine de Guingamp-Paimpol Agglomération, Islandia, à Paimpol organise un défi sportif inédit : un **challenge aquatique CrossFit**, en partenariat avec un coach spécialisé et la Ligue contre le cancer.

Le principe : une épreuve chronométrée en binômes, alliant natation et exercices physiques à intensité soutenue :

- 600 mètres de nage
- 60 pompes
- 100 squats
- 80 abdominaux

Objectif : se dépasser pour la bonne cause dans une ambiance conviviale et solidaire.

Inscriptions obligatoires (places limitées à 16 binômes)

Tarif : 19 € par binôme

(8 € reversés à la Ligue contre le cancer)

Ouvert à toutes et à tous dès 16 ans

Ensemble, portons haut les couleurs de la solidarité

Chaque geste compte pour faire reculer la maladie et soutenir les personnes touchées.

Contact presse :

Gwenaëlle LE RALEC

Guingamp-Paimpol Agglomération

☎ 07 89 37 48 43

✉ g.leralec@guingamp-paimpol.bzh