



... que Mamie fait de l'endurance ?

Deirdre Larkin a plus de 85 ans. Cette octogénaire de Johannesburg détient le record du monde (de sa catégorie) du 21 km couru en 2 h 05. En une année, elle peut participer à plus de 60 courses à pieds, dont plusieurs semi-marathons. Installée en 1970 en Afrique du Sud, cette pianiste anglaise ne commence à courir qu'à 78 ans, après que le médecin lui diagnostique une ostéoporose, au début des années 2000. Aujourd'hui, plus de 500 médailles décorent un mur de sa maison. Pour continuer à courir, elle s'impose un programme digne d'un athlète de haut niveau : pas de sel, pas de sucre, pas de café... réveille à 5 h tous les jours pour débiter l'entraînement. En septembre, Deirdre fêtera ses 86 ans. Cette sportive, qui redonne du courage à de nombreuses personnes qu'elle croise, n'a qu'une philosophie : "L'âge n'est qu'un chiffre !"

© THINKSTOCK

SOCIÉTÉ

... que le *ribcage bragging* est une mode qui a la "côte" ?

Après les fesses ou le *tigh gap*, les jeunes filles à la mode doivent montrer leurs côtes ! Enfin, plus exactement, elles doivent exhiber un ventre creux dont les côtes sont le plus saillant possible. Ce qui, pour les participantes de ce jeu idiot, passe pour un critère de beauté n'est autre qu'une incitation à l'anorexie. Car pour atteindre des records, il faut beaucoup maigrir...

A partir du 1^{er} septembre



DESTOCKAGE

AVANT TRAVAUX
(par arrêté municipal N° E 725)

Sur toutes les chaussures

MEPHISTO



-30%

-40%

CC Plein Sud - Carrefour Zac Canabady
 Saint Pierre - 0262 356 094

Formations
professionnelles
de 900 h à 2100 h

Ecole Européenne de Naturopathie

DARGERE UNIVERS

anciennement Marchesseau

Agréée FENAVI et affiliée à la Fédération Mondiale de Naturopathie (F.M.N.)

LA RÉUNION - BELFORT - PARIS - POITIERS

- ▶ Conseiller en hygiène alimentaire
- ▶ Educateur de santé
- ▶ Hygiéniste naturopathe
- ▶ Praticien de santé
- ▶ Formations annexes

En session, par week-end ou par correspondance sur 1 à 4 ans.

30 ans d'expérience de synthèse et de pratique, dans le respect de la naturopathie originelle

Programme sur demande à :
 DARGERE Gladys UNIVERS
 15, Rue des Lianes Aurores
 Pont d'Yves 97430 LE TAMPON

06 93 02 33 17
www.ecoledargere.fr

FORMATION EN NATUROPATHIE

