

Morgan Tritt : face au cancer, la gym

Publié le 02.03.2020

Faire du sport pour réduire la fatigue consécutive à un cancer ? L'idée peut sembler saugrenue. Elle est pourtant à la base de l'activité que pratique Morgan Tritt, au sein de l'association Cami.

Praticien en thérapie sportive, le jeune homme aide les personnes atteintes de cancer **à réduire les douleurs et la fatigue chronique liées à la maladie**. Par le simple fait de bouger. "Il est maintenant prouvé que l'activité physique apporte de nombreux bienfaits thérapeutiques, explique Morgan Tritt. Cela améliore considérablement la qualité de vie pendant, mais aussi après les traitements."

Yoga

Diplômé en STAPS et spécialiste de gymnastique posturale, le jeune praticien rejoint l'association [CAMI \(https://www.sportetcancer.com/\)](https://www.sportetcancer.com/) en 2017. **Une association créée il y a vingt ans pour sensibiliser les médecins et le public autour de ces problématiques.**

Depuis son arrivée, Morgan intervient à la fois à l'ICO Gauducheau **mais aussi deux fois par semaine au gymnase de la Bourgonnière**, auprès de personnes ayant fini leur traitement. "La gymnastique posturale, ce n'est pas l'équivalent d'une séance chez le kiné, prévient le jeune homme. Cela s'apparente plutôt à du yoga ou du pilate."

Évolution des mentalités

Facturées au quotient familial, le prix des séances varie de la gratuité à 8 euros. Une façon de rendre accessible au plus grand nombre cette première approche du sport dont les vertus en termes de "prévention des maladies cardio-vasculaires et de renforcement du système immunitaire ne sont plus à prouver". "Les médecins sont de plus en plus sensibilisés à cette question, se félicite Morgan Tritt. C'est la preuve que les mentalités évoluent."

Pour contacter la CAMI : 07 82 27 78 43 ou cami.44@sportetcancer.com

Plus d'infos sur [sportetcancer.com \(https://www.sportetcancer.com/\)](https://www.sportetcancer.com/)

Dans l'actualité

[ANNULÉ Atlantisport-Environnement \(/Actualites/Sport/ANNULE-Atlantisport-Environnement\)](#)

[Place publique : sportives de haut niveau \(](#)

[/Actualites/Dialogue-citoyen/Place-publique-sportives-de-haut-niveau\)](#)

[Prévention des risques : la Ville veille \(](#)

[/Actualites/Amenagement/Prevention-des-risques-la-Ville-veille\)](#)

[Le Fitdays : découvrir le sport en famille \(/Actualites/Sport/Le-Fitdays-decouvrir-le-sport-en-famille\)](#)
)