

## Le golf garantit une santé de fer

Selon une étude suédoise<sup>(1)</sup>, le golf permet de gagner 5 ans d'espérance de vie. Si la marche en extérieur participe pour l'essentiel à ses effets bénéfiques, notamment cardiovasculaires, ce n'est pas le seul facteur. Les golfeurs jouent souvent avec des gens de leur âge, comparant ainsi leurs "performances" physiques. Si bien qu'un joueur qui a du mal à suivre ses partenaires s'essouffle plus qu'eux, consulte très fréquemment son médecin et entre ainsi dans une démarche de prévention. Voilà une information reconfortante, à quelques jours de

l'opération nationale d'initiation gratuite, "Tous au golf", qui a lieu du 12 au 17 mai.

Liste des clubs sur [www.ffgolf.org](http://www.ffgolf.org).

*(1) Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 2008 May 27.*

