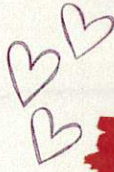


Soutenu par



# LES PARCOURS DU Cœur

Fédération Française de Cardiologie



## PROGRAMME DE LA JOURNÉE

09h00 - 09h20	GÔTER D'ACCUEIL		
09h20 - 09h30	RÉVEIL MUSCULAIRE		
09h30 - 10h30	Randonnée 5 kms	Initiation Basket-Santé	OLYMPIADES
10h30 - 11h30	Tous niveaux	Initiation Tai'so	Activités pour Enfants Château Gonflable
11h30 - 12h15	Table Ronde & Discussion "Sédentarité : Un Danger à tout Âge"		
12h15 - 14h00	PAUSE REPAS - VISITE DE L'ESPACE D'INFORMATIONS Inscription au Challenge*		
14h00 - 15h00	Echauff. & Départ	Tournoi de Pétanque	OLYMPIADES
15h00 - 15h45	Challenge H. Boivin		Activités pour Enfants
15h45 - 16h30	12 kms	Initiation Cardio-Training	Château Gonflable
16h30 - 17h00	PAUSE GÔTER & VISITE DE L'ESPACE D'INFORMATIONS		
17h00 - 17h45	Séance d'Initiation à la Sophrologie	Conférence Enseignant APA "Recommandations pour ma Santé"	
17h45 - 18h00	CLÔTURE DE LA JOURNÉE		

\*5€ au profit du Club "Cœur & Santé" de la Côte Fleurie

*Un cœur qui va, la vie qui bat!.....*

NOS PARTENAIRES

