

Du 30 mai
au 3 juin

Avrillé
VILLE-PARC

SPORT SANTÉ



**L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
AU SERVICE DU BIEN-ÊTRE !**



www.ville-avrille.fr

PROGRAMME DE LA SEMAINE

salle Marie Paradis

MARDI 30	MERC. 31	JEUDI 1 ^{er}	VEND. 2	SAMEDI 3
	10h à 12h CONFÉRENCE « L'importance de l'alimentation au quotidien » par Remedia 49 ouvert à tous	10h SORTIE VÉLO avec l'ASA CYCLO ouvert à tous [sur inscription] Départ M. Paradis [casque obligatoire]		PORTES OUVERTES Clôture de la semaine avec les pratiquants et les médecins
14h DÉCOUVERTE DE L'APA Parcours de motricité, jeux de mémorisation ouvert à tous	14h à 16h AUTO-MASSAGE adultes [sur inscription] 15 pers max / créneau 3 créneaux de 45 min : 14h-14h45 14h45-15h30 15h30-16h15	14h MARCHE AVEC BÂTONS Rendez-vous au golf du Château de la Perrière ouvert à tous [sur inscription]	14h JEU DE L'OIE SPORT SANTÉ encadré par les éducateurs sportifs de la Ville dans les écoles du Bois du Roy et de l'Aérodrome	
15h BILAN DE CONDITION PHYSIQUE individuel et personnalisé [sur inscription]			DU PAIN SUR LA PLANCHE par Ingrid Le Pottier dans les écoles du Bois du Roy et de l'Aérodrome	
19h CONFÉRENCE « Santé mentale et troubles psychiques » ouvert à tous	18h à 19h RUNNING ET MARCHE avec les Foulées Avrillaises adultes [sur inscription] Départ M. Paradis		18h à 19h BASKET'FIT ET HAND'FIT avec l'ASA basket et l'ASA hand adultes ou + de 16 ans, [sur inscription]	

Inscriptions : m.cailleau@ville-avrille.fr | 07 70 24 30 21

