LA JOURNÉE SPORT SANTÉ

AMIENS

LE JEUDI 21 JUIN 2012

PICARDIE ATOUT SPORT

Actif !

Dynamique !

Autonome !

CROS PICARDIE FRANCE
COMITÉ RÉGIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF

PROJET DE LA RÉGION PICARDIE
DIRECTION RÉGIONALE DE LA JEUNESSE, DES SPORTS ET DE LA COHÉSION SOCIALE

PICARDIE LA RÉGION

somme

AMIENS MÉTROPOLE

Office des Sports de la Ville d'Amiens

3 picardie

france bleu picardie

Courrier picard

Agenda 21 FRANCE
Développement durable, le sport s'engage

Senior ne rime pas avec sédentarité et inactivité!

Au contraire, plus l'on pratique une activité physique régulièrement, plus on est actif et autonome!

Jeudi 21 juin

Journée Sport-Santé Seniors

Découverte et initiation à des activités sportives pour des Seniors encadrées par des animateurs d'associations sportives diplômés !

De 13h à 16h30* | **Parc Saint-Pierre, Amiens**

*avec des moments de découverte toutes les 30 minutes sur chaque activité (sauf pour la randonnée pédestre adaptée : parcours d'une heure)

Aïkido
Golf
Gymnastique douce
Marche nordique
Multi-activités sportives « Seniors Soyez Sport »
Randonnée pédestre
Taï-Chi
Stand de tir arbalète
Tests équilibre et mémoire
Stands d'information et de prévention
Et plus encore...

Organisée en partenariat avec le rassemblement régional **« Bouge...une priorité pour ta santé ».**

bouge... une priorité pour ta santé !

Pour plus de renseignement,
par téléphone au 03 22 41 43 41 ou sur internet http://picardie.franceolympique.com

WAG Conception graphique. Wilhem Arnoldy 2012. www.wilhemarnoldy.fr.