LE PEPS, AG2R LA MONDIALE ET LA MAISON

SPORT SANTÉ SUD GIRONDE

VOUS INVITENT À PARTICIPER À LA

JOURNÉE SPORT SANTÉ

en Sud Gironde

MARDI 4 OCTOBRE 2022

ESPACE CLAUDE NOUGARO LANGON

09h00 - 10h00 : Animation "Bien démarrer sa journée" - Réveil musculaire pour tous

10h00- 10h45: Conférence grand public - Sommeil, alimentation et activité physique - Posez vos questions à nos experts

11h00- 12h00: Séances découverte d'activités physiques (Basket, gym, athlétisme, pilates, yoga, tennis...)

12h00-14h00 : Partageons notre repas

14h30-17h30 : Reprise des séances découverte d'activités physiques

Tout au long de la journée, ateliers cuisine, bilan de votre capacité physique offert

! OUVERT À TOUS !

Renseignements et inscriptions au 06 77 87 76 40 ou elodie.choisy@polesudgironde.fr

www.polesudgironde.fr

AG2R LA MONDIALE · ars Agence Régionale de Santé · Maisons Sport Santé EnVie d'Activité · Sport Santé Sud-Gironde · Gironde peps · Langon · Sud Gironde Pôle territorial