



LES PETITS DÉJEUNERS DE LA FORME



55 ans et plus

SENIORS, VIVEZ SPORT, VIVEZ MIEUX!

INSCRIPTION GRATUITE ET OBLIGATOIRE



ou rendez-vous sur destinationformesenior.fr
ou au 06 62 40 82 92
100 personnes max.

Lundi 24 mars 2025
Complexe Sportif G. Falorni
17000 LA ROCHELLE
8h30 - 12H00

- Un petit déjeuner animé par une diététicienne
- Une conférence sur le sport et la santé
- Des tests de forme et d'habitudes de vie
- Des initiations à diverses activités physiques comme le badminton, le golf et l'athlé forme santé.

Dispositif collaboratif innovant en partenariat avec la CARSAT Centre Ouest, L'Agence Nationale du Sport et la Région Nouvelle-Aquitaine



Pour plus d'informations contactez le 07 66 92 85 49