

Marche vers la Forme

Randonnée bien-être et santé mentale

Un moment de marche, de rencontres...
et de bien être



Mardi 30 Septembre



SAINT-JULIEN
Terrain des Sports



Accueil à 13h30

LE PETIT + SANTÉ !

3 haltes santé sur le parcours :

-  Santé mentale & activité physique
-  Pause respiration & bien-être
-  Infos locales : sport, lien social, ateliers

INFOS & INSCRIPTIONS 

06 33 33 21 88

romain.gicquel@sportspourtous.org

Parcours unique de 6 km.
Accessible à tous.

Gratuit. Ouvert à tous

3 départs au choix



Marche classique



Marche nordique



Marche BungyPump
(initiation sur place)