

Marche vers la Forme

Randonnée bien-être et nutrition

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



Mardi 29 Septembre



SAINT-JULIEN

Mairie



De 9h30 à 16h30

JOURNÉE SANTÉ !

Nutrition : quoi manger
avant une activité
physique ?

✂ Repas collectif offert

Randonnée



Jeux ludiques

3 départs au choix
2 parcours : 6km et 7,5km



Marche classique



Marche nordique

INSCRIPTION OBLIGATOIRE ☎

02 96 42 08 20

ccas@saint-julien.fr



Marche BungyPump
(initiation sur place)