

3, 2, 1... BOUGE POUR TA SANTÉ !

VENEZ DÉCOUVRIR LE SPORT-SANTÉ, L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE ET CELLE DU QUOTIDIEN !

GRATUIT ET OUVERT À TOUS !



16H00
FLASHMOB !

SAMEDI 16 SEPTEMBRE 2023 | 14H - 18H

PARVIS ESPACE F. MITTERRAND - TARASCON/ARIÈGE

3, 2, 1... BOUGE POUR TA SANTÉ !

UN PROGRAMME VARIÉ ANIMÉ PAR DES
PROFESSIONNELS DU SPORT ET DE LA SANTÉ !

Marche
nordique
adaptée



Handisport et
Sport-adapté



Activez vos
méninges



Découvrez le
rugby-santé



Conseils
nutrition



Yoga
périnatal et
périnée



Testez le vélo
électrique



Activités
physiques
adaptées près
de chez vous



Sport sur
Ordonnance



16H00 : FLASHMOB INTERGÉNÉRATIONNEL
← **FLASHEZ POUR APPRENDRE LA CHORÉ !**