

S'PORTEZ VOUS BIEN



PROGRAMME



LE DIMANCHE 12 NOVEMBRE
DE 8H À 16H30
À PETITE-ÎLE, AU STADE
RÉGIONAL D'ATHLÉTISME GABY FOLIO

8H00 - 9H00

ACCUEIL DES PARTICIPANTS
DISTRIBUTION DE TEE-SHIRTS

9H00 - 9H45

ACCUEIL DES OFFICIELS

9H45 - 10H00

ECHAUFFEMENT

10H00 - 12H00 & 14H00 - 16H00

ATELIERS

12H00 - 14H00

REPAS OFFERT

16H00 - 16H30

CÉRÉMONIE DE CLÔTURE

LISTE DES ACTIVITÉS (ATELIERS)

- GYM VOLONTAIRE
- HOME BALL
- FOOTBALL
- JEUX LONTAN
- SPORT DE COMBAT
- FITNESS ET ZUMBA
- RENFORCEMENT MUSCULAIRE
- BODY KARATÉ
- QI GONG
- CROSS TRAINING
- MARCHE NORDIQUE
- KID'S ATHLÉ
- YOGA
- TEST DE FORME
- DÉPISTAGE
- STREET BASKET
- ATELIER SENIOR ÉQUILIBRE
- GYM DOUCE
- DANSE EN LIGNE
- TAÏSO
- BIATHLON
- SELF DÉFENSE
- JU-JITSU BRÉSILIEN
- ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE
- STAND BIEN-ÊTRE-MASSAGE
- SOIN COSMÉTIQUE
- RÉFLEXOLOGIE
- STAND D'INFORMATION PRÉVENTION ET ÉDUCATION À LA SANTÉ