

LES
PARCOURS
DU *Cœur*



GRATUIT
ACCESSIBLE À TOUS

04
avr. 2026

PARCOURS DU CŒUR



**BASE SPORTS NATURE DES ARGALES
RIEULAY**

Rendez-vous à

9h45

Pour un échauffement en musique

de 10h à 12h

LES MARCHES

5 KM | 9 KM

de 14h à 18h
ANIMATIONS

- ♥ Parcours d'orientation spécial Pâques
- ♥ Échanges et conseils avec une diététicienne
- ♥ Conférence : « Le cœur des femmes, les signes invisibles »
— 14h30 - 15h30 - 16h30
(limité à 10 personnes par séances)
- ♥ Atelier de fabrication de produits naturels
- ♥ Initiation aux gestes qui sauvent
- ♥ Marcher, courir, jouer : le mouvement pour tous !

 Cœur d'Ostrevent Agglo ——— coeurdostrevent.fr

