

Sur la route de la Forme

**Samedi 13
novembre 2021
10h - 16h**

**Maison des
Sports**

Bazeilles

**Animations
sportives**

 **Initiations à de
nouvelles activités**

 **Sensibilisations
aux bienfaits des
Activités Physiques
et Sportives**

 **Quiz**

*Activités encadrées par
des animateurs diplômés*



PASSEPORT SANITAIRE

OBLIGATOIRE



**ROAD
TOUR**
SPORTS POUR TOUS

**Tout
public**

Comité Régional Sports pour Tous Grand Est
Maison Départementale des Sports
Route de la Moncelle
08140 BAZEILLES
03.24.32.54.69

 cr.grandest@sportspourtous.org



**FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
GRAND EST**

Programme de la journée

Fitness

- 11h00 - 11h45 : Renforcement Musculaire
- 12h00 - 12h30 : Stretching
- 13h30 - 14h30 : Boxez-Plaisir
- 15h00 - 16h00 : Sticks Fit

Activités gratuites



Activités Multisports

- Tchoukball
- Ultimate
- Speedball
- ...

Licenciés et non-Licenciés



Pleine Nature

- 10h00 - 11h00 : Marche Nordique
- 14h00 - 14h45 : Marche Nordique

ROAD TOUR
SPORTS POUR TOUS

Respect des protocoles applicables

Comité Régional Sports pour Tous Grand Est
Maison Départementale des Sports
Route de la Moncelle
08140 BAZEILLES
03.24.32.54.69
✉ cr.grandest@sportspourtous.org



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
GRAND EST