

Vital Summer Fitcamp

Dimanche 2 & 9 juillet
10h à 12h
Parc du Grand Marais
Amiens

Au programme...

- Echauffement
- Cardio
- Renforcement musculaire
- Stretching postural
- Relaxation
- Marche*
- Course à pied*

* Groupes de personnes et
Pratique de la course à pied

Participation libre !

Cagnotte pour les
rafraîchissements, encas, etc.



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
SOMME

VITALFITNESS

organisé par l'Association Vital Fitness
en collaboration avec Florence Verdeghe
et la Fédération Sports Pour Tous

Tél. : 06 09 33 21 81