



ENEZ TESTER VOTRE FORME !

10 н **12 н**

Balade Sport-santé et gourmande



👉 Départ échelonné toutes les 15 minutes. **Marche accessible à tous** autour du parc, enrichie par des pauses actives finissant par une dégustation apéritive santé et découverte de plantes comestibles.

10 н. 17 н.

Stands d'information sur les offres Sport-santé du territoire et temps de découvertes avec les partenaires :

➤ Documentation sur les **bienfaits de l'activité physique, présentation des associations** sport-santé et des aides possibles à la reprise d'une activité.

👉 Ateliers découvertes pour petits et grands :

- Défi forme
 - Jeux de motricité dès le plus jeune âge
 - Espace vélos/mobilité
 - Kart à pédales
 - Mur d'escalade
 - Jeu d'orientation
 - Slackline autour des arbres
 - Gym sport-santé avec les différents partenaires : activités ludiques, douces, possibilité de pratiquer assis
- 



Atelier alimentation santé :

- Information, astuces, dégustations, jeux
- Prévention diabète



Initiation secourisme

