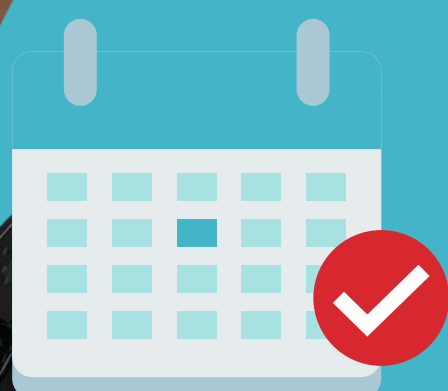


MON PETIT DÉFI OLYMPIQUE



PROGRAMME DE PRÉVENTION SANTÉ PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES :

- SUR PRESCRIPTION MÉDICALE
- MALADIES CHRONIQUES, ALD, LIMITATIONS FONCTIONNELLES

LES MARDIS À 14H30

PLACES LIMITÉES À 8 PERSONNES

INFORMATIONS ET INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE : 02.98.86.13.11

ELIGIBLE AUX
REMBOURSEMENTS
PAR MUTUELLE



BOUGER POUR SA
SANTÉ

- 10 SÉANCES GRATUITES POUR LES NOUVEAUX PARTICIPANTS
 - 85 € LES 10 SÉANCES POUR LES PERSONNES AYANT DÉJÀ PARTICIPÉ AU PROGRAMME
- POSSIBILITÉ DE PAYER EN PLUSIEURS FOIS
INSCRIPTION SOUMISE À ADHÉSION (POLYSONNANCE ET DÉFI SANTÉ NUTRITION)



MON PETIT DÉFI OLYMPIQUE

PROGRAMME DE PRÉVENTION SANTÉ PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

CYCLE 1 : 2026

SÉANCE	DATE	THÈMES	HEURE	LIEUX	INTERVENANT
N°1	21/04/2026	ACCUEIL / ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H30	POLYSONNANCE	NICOLAS ET MYLÈNE
N°2	28/04/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	MYLÈNE
N°3	05/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	MYLÈNE
N°4	12/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	NICOLAS
N°5	19/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	MYLÈNE
N°6	26/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	NICOLAS
N°7	02/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	NICOLAS
N°8	09/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	MYLÈNE
N°9	16/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	NICOLAS
N°10	23/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	POLYSONNANCE	NICOLAS
N°11	30/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE / BILAN	14H30-16H00	POLYSONNANCE	NICOLAS ET MYLÈNE