

DEUXIÈME ÉDITION

MON DÉFI OLYMPIQUE



PROGRAMME DE PRÉVENTION SANTÉ INTERGÉNÉRATIONNEL



DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES :

- INTERGÉNÉRATIONNELLES
- POUR LES PLUS DE 50 ANS SEULS OU ACCOMPAGNÉS D'ENFANTS DE 6 À 16 ANS

LES MERCREDIS À 14H30

PLACES LIMITÉES - INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE : 02.98.86.13.11



BOUGER AUTOUR DES JEUX OLYMPIQUES !

- 10 SÉANCES GRATUITES POUR LES NOUVEAUX PARTICIPANTS
 - 60 € LES 10 SÉANCES POUR LES PERSONNES AYANT DÉJÀ PARTICIPÉ AU PROGRAMME
- POSSIBILITÉ DE PAYER EN PLUSIEURS FOIS
GRATUIT POUR LES ENFANTS ACCOMPAGNANTS

DEUXIÈME ÉDITION

MON DÉFI OLYMPIQUE



PROGRAMME DE PRÉVENTION SANTÉ INTERGÉNÉRATIONNEL

CYCLE 2 : 2026

SÉANCE	DATE	THÈMES	HEURE	LIEUX
N°1	29/04/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H30	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°2	06/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°3	13/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°4	20/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	EXTERIEUR
N°5	27/05/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°6	03/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°7	10/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°8	17/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°9	24/06/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT
N°10	01/07/2026	ACTIVITÉ PHYSIQUE / BILAN	14H30-16H00	SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE - DINÉAULT