



SOIRÉE SPORT SANTÉ

Quelle(s) Activité(s) physique(s)
adaptée(s)
pratiquer en fonction de l'âge ?

MARDI 7 MARS 2017

20h00 – Gratuit

Salle polyvalente, Javron les Chapelles



De nombreux intervenants de milieux sportif et médical



« Bien vieillir par l'activité physique »

Dr Claude PAUMARD, Médecin

Comité Régional de la Retraite sportive des Pays de la Loire



« Différentes activités dans les clubs sportifs labellisés »

Daniel MURAIL, Vice Président

Comité Régional Olympique et Sportif des Pays de la Loire



« Marche nordique, Remise en forme en autonomie »

Florence BAR, Coach Athlé santé

Ligue d'Athlétisme des Pays de la Loire



« Parcours d'Activités Physique et Santé »

Aline CARLIER, Educatrice

Comité Départemental Olympique et Sportif de Mayenne

Plus d'informations nordmayage@orange.fr