

PORTES OUVERTES

Pour tout le monde ! Venez échanger
sur l'activité physique

Lundi *20 novembre*
2023 de *14h à 18h*



**VENEZ TESTER VOS
CAPACITES PHYSIQUES !!**

Souplesse



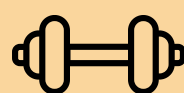
Equilibre



Endurance



Force



**Comment lutter
contre la
sédentarité ?**

**Activité
physique
adaptée ?**

**Un lien entre
activité physique
et maladies
chroniques ?**



**11 rue Solférino
Saint-Maur-des-Fossés (94100)**

