

dans le cadre de l'action nationale, La Maison Sport-Santé de La Courneuve organise la

Semaine Sport-Santé

Du mardi 02 au samedi 06 avril 2024

Mardi 2 avril

FIVE de Marville (La Courneuve)

Entre 14h et 18h : : Activités pour adultes

Tests de condition physique / renforcement musculaire

Entre 18h et 20h : Activités enfants

Foot-Santé et initiation au Cécifoot

Mercredi 3 avril

Gymnase Jean Lurçat (Saint-Denis)

Entre 18h et 20h : : Activités pour enfants et adultes

Circuit Sport-Santé : Renforcement /Basket Santé/Badminton/ Boxé

Jeudi 4 avril

Parc Georges Valbon (Stains/La Courneuve)

Entre 09h et 12h : : Marche nordique et renforcements

2 groupe avec 2 rythmes différents

Départ à 9h

Samedi 6 avril

Espace Nautique Kellerman (La Courneuve)

Entre 09h et 13h : : Activités Adultes et enfants

Aquagym, natation, jeux aquatiques, initiation au water_polo

Une séance d'aquagym par heure



Testez une activité sur defi-forme-sante.com

CONTACT : 01.76.41.08.61 / DEFI.FORME.SANTE@GMAIL.COM