

*Amis Seniors**

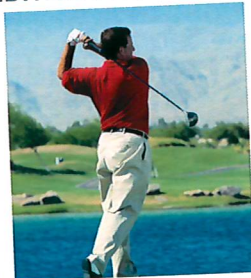
VENEZ PARTICIPER

à la journée du 16 juin 2015

Centre Municipal de Congrès de L'EPERVIÈRE - VALENCE (DRÔME)



VENEZ ÉVALUER VOTRE CONDITION PHYSIQUE ET REPARTEZ AVEC UN LIVRET DE SANTÉ



* Activités proposées aux personnes âgées de plus de 50 ans et sans activité professionnelle.

CLUB VALENTINOIS DE LA RETRAITE SPORTIVE, COMITE DEPARTEMENTAL RETRAITE SPORTIVE DE LA DROME,
COMITE REGIONAL RETRAITE SPORTIVE REGION RHONE ALPES

AU PROGRAMME



À PARTIR DE 10H

- Promenade pédestre
- Tai chi
- Marche nordique
- Swin golf
- Activités dansées
- Disc golf

POT DE L'AMITIÉ À 12H30

**POUR CEUX QUI LE SOUHAITENT, REPAS :
(ENTRÉE, PLAT CHAUD, DESSERT, CAFÉ)**

AU RESTAURANT DE L'EPERVIÈRE
SUR INSCRIPTION POUR LE 5 JUIN

PRIX 14 EUROS À VERSER AU CORERS R-A

condition physique.

Une série de tests (équilibre, souplesse, force et endurance) vous sera proposée avec le concours de la commission médicale du comité régional de la retraite sportive Rhone-Alpes.

A l'issue de ces tests, un livret vous sera remis et vous permettra de suivre votre condition physique.

Conception graphique et impression : *siml* CAPCOLOR / 69830 Saint-Martin-Haut / Tél. 04 78 19 16 16



COMITÉ RÉGIONAL DE LA RETRAITE SPORTIVE

15, boulevard Vivier-Merle ■ 69003 LYON ■ corers-ra@orange.fr
Site internet : <http://www.corers-rhone-alpes.wifeo.com>



BULLETIN D'INSCRIPTION pour la journée MULTISPORTS du 16/06/2015

Nom Prénom

Adresse

Nombre de repas x 14 € = Règlement par chèque à l'ordre du CODERS R-A

Bulletin d'inscription à renvoyer au CORERS R-A : 15 boulevard vivier merle - 69003 LYON

