

AVEC LA COLLABORATION DU CODEP 21

Fédération Française
EPGV
COMITÉ RÉGIONAL
BOURGOGNE-
FRANCHE-COMTÉ

LES RETRAITÉS BOUGENT À L'EPGV !

MARDI 7 AVRIL 2020

9H30 - 16H30

ÉTAPE :

MAISON DES GRANDS CRUS
MARSANNAY LA COTE

MARCHE
NORDIQUE

PILATES

ZUMBA

FLASH MOB

CONFÉRENCE



vita fédé >> TOUR <<



**OUVERT
À TOUS**

ENTRÉE
10€
REPAS COMPRIS

PLUS D'INFOS >

06 65 38 62 30

jerome.pronot@coreg-bfc.epgv.fr

Crédit  Mutuel

GÉVÉDIT 

mgen⁺
GROUPE vvy

A l'occasion de la journée mondiale de la santé, le Comité Régional et le Comité Départemental vous proposent une journée «Sport Santé» à partager avec un proche.

Un événement organisé
par la **Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire.**

PROGRAMME DE LA JOURNÉE DU 07 AVRIL 2020

9h30 - Flash Mob

ACTIVITÉS PROPOSÉES LE MATIN : 3 activités au choix

- Zumba
- Pilates
- Marche nordique

Dans la matinée : 1 séance MGEN

PAUSE REPAS À TABLE DE 12H30 À 14H00

14h - Conférence avec le Docteur Jouanni

15h à 16h - Ateliers tests Pass'Sport Santé Seniors :

- Souplesse
- Équilibre dynamique et statique (2)
- Questionnaire «Endurance»
- Force

16h15 - Flash Mob

16h15 à 16h30 - Bilan de la journée

10 €/PERS. REPAS COMPRIS

BULLETIN D'INSCRIPTION À retourner pour le 17/03/2020 à
CODEP EPGV 21 - 14F, rue de Coubertin - 21000 DIJON
Joindre la participation de 10 € par chèque à l'ordre du COREG BFC.

NOM : **Prénom :**

Adresse :

Mail :

Téléphone : **Licencié EPGV :** Oui Non

Votre taille de tee-shirt : S M L XL

Je viendrai accompagné d'un filleul : Oui Non

NOM : **Prénom :**

Adresse (si pas de mail) :

Mail :

Téléphone :

Votre taille de tee-shirt : S M L XL