

ORGANISÉE PAR LA MAISON DE SANTE DES ALLÉES

MARCHE SANTE

SAISON 2026-2027

- ✓ Accessible à tous
- ✓ Améliore la capacité musculaire
- ✓ Améliore le souffle
- ✓ Augmente la confiance en soi
- ✓ Stimule l'intellect
- ✓ Crée des liens

**ACCES LIBRE
ET GRATUIT**

**1 marche = Plusieurs
parcours adaptés au
rythme de chacun,
animés par des
animateurs sportifs et
professionnels de santé**

**NOUVEAUTE: Eveil corporel
30 minutes avant la marche
lundi 13h30 Mercredi 8h30**

**LUNDI 14H
MERCREDI 9H**

**RDV KIOSQUE
DU ST JEAN**

MAISON DE SANTE DES ALLEES
2 ALLEES ARISTIDE BRIAND
12200 VILLEFRANCHE DE ROUERGUE

Informations : 0671268706



**Une activité physique régulière
est un atout indéniable pour
votre santé et votre bien-être.
Rejoignez-nous pour des
moments de partage conviviaux.**