



MAHO'S LITTORAL EN BORD DE MER

21 JUIN 2015
DE 06H30 À 14H00

Course de 5 km & Marche de 2,5 km
sur le littoral pour prévenir et
sensibiliser sur l'AVC

**ANIMATIONS:
VILLAGE SANTÉ
& VILLAGE
ENFANTS**

**PARTICIPATION : 5€ POUR LES ADULTES,
1€ POUR LES ENFANTS REVERSÉE À FRANCE AVC GUADELOUPE**



MAHO'S LITTORAL EN BORD DE MER

PROGRAMME

- 06H00** > Accueil des participants. Fin des inscriptions.
- 06H30** > Echauffement
- 07H00** > Départ marche
- 07H30** > Départ course à pied
- 08H00** > Ouverture du village santé
- 09H00** > Remise des récompenses
- 10H30** > Remise du chèque à France AVC Guadeloupe
- 11H00** > Conférence-débat à la salle polyvalente - Bibliothèque Multimédia Paul MADO « Accident Vasculaire Cérébral (AVC) : prévenir pour éviter des conséquences graves » avec le Docteur Cosmin ALECU, neurologue et responsable de l'Unité Neurovasculaire au CHU de Pointe-à-Pitre.
- > Pot de l'amitié

PLANNING DES ATELIERS

COURS COLLECTIFS / PODIUM

EN BORD DE MER :

- 08H30-09H00** > Accueil public
- 09H00-09H20** > Sh'Bam
- 09H30-10H15** > Mouv'K
- 10H20-10H40** > BodyAttack
- 10H45-11H30** > Ragga Jam Salsa
- 11H40-12H00** > BodyCombat
- 12H10-12H45** > A'Ka Fitness

TRAINING SPORTIF / LA FRICHE :

- 09H00-09H45** > Initiation Cross training
- 10H00-10H45** > Initiation TRX
- 11H00-12H00** > Cross training

WELLNESS / LA FRICHE 2 :

- 09H15-09H45** > Zen Stretch
- 10H00-10H30** > Body & Zen
- 10H45-11H15** > Body Balance
- 11H30-12H00** > Initiation Pilates

Inscriptions et paiement en ligne : www.spo-evenement.com
et au magasin SPORT PLUS : 42 rue de l'industrie à Jarry - Tél : 0590 32 19 64
Renseignements au services des Affaires Sportives : 05 90 41 11 63