

Conférence

L'activité physique pour sa santé

Si l'activité physique était un médicament, on parlerait de remède miracle

Les intervenants :

Noëlle BOI-AUDIC Animatrice de la conférence

Rando Côte d'Amour

Léa FEUILLET Enseignante en Activités Physiques Adaptées

LABSPORT 44

Dr Jérôme DEVOIZE

Médecin du Sport au Centre Hospitalier de Saint-Nazaire



Jeudi
3 septembre
18h30 à 19h30

Espace Camille Flammarion
Salle les Evens

Pornichet

Pourquoi participer ?



Améliorer sa condition physique et mentale
Découvrir des conseils simples à appliquer au quotidien
Mieux vieillir grâce au mouvement
Prévenir les maladies chroniques
Échanger avec des professionnels du sport et de la santé

Entrée gratuite
sur réservation

secretaire@rando-ca.fr



Une conférence interactive. Sous forme de table ronde, les intervenants partageront leurs connaissances et répondront à vos questions. Verre de l'amitié offert à l'issue de la conférence



Rando Côte d'Amour
Marchons ensemble



LABSPORT
Maison Sport-Santé



Ville de
PORNICHET