



LES

RENDEZ-VOUS

DE

LA

FORME



SENIORS, VIVEZ SPORT !  
VIVEZ MIEUX !

55 ans  
et plus

INSCRIPTION  
GRATUITE ET  
OBLIGATOIRE



ou rendez-vous sur

[destinationformesenior.fr](http://destinationformesenior.fr)

ou au 07 66 92 85 49

ou auprès du club d'athlétisme :

[athle.sam23@gmail.com](mailto:athle.sam23@gmail.com)

06 99 43 56 23

Rejoignez les Rendez-vous de la Forme à Guéret

Nous vous donnons rendez-vous chaque mois avec le **Sports Athlétiques Marchois** pour des séances conviviales de **marche nordique** :

### Étang de Courtille à Guéret

- 11 mars de 9h30 à 11h
- 15 avril à 15h de 16h30
- 16 septembre de 9h30 à 11h
- 4 novembre de 15h à 16h30

### Pierre La Grosle à Guéret

- 20 mai de 9h30 à 11h
- 10 juin de 9h à 10h30
- 14 octobre de 9h30 à 11h
- 2 décembre de 15h à 16h30

Dispositif collaboratif innovant en partenariat avec la CARSAT Centre Ouest,  
L'Agence Nationale du Sport et la Région Nouvelle-Aquitaine