

# ROAD TOUR

SPORTS POUR TOUS

ARRIVE CHEZ TOI !

## ANIMATIONS MULTISPORTS

**SAMEDI 15 OCTOBRE 2022**  
à partir de 9h30

ÉTAPE SAINT-NAZAIRE



AU PARC PAYSAGER  
DE SAINT-NAZAIRE  
ENTRÉE GRATUITE



## AU PROGRAMME

ACCUEIL à partir de 9h - Parc Paysager (face à la Soucoupe)



### Matin

#### SÉANCE GYM FORME/ STRETCHING

A partir de 9h30

#### PARCOURS, MULTI-ACTIVITÉS ENFANTS

A partir de 10h

#### CUISSES ABDOS FESSIERS

A partir de 11h

#### GYM DOUCE

A partir de 11h45

### Repas midi

#### PIQUE-NIQUE POSSIBLE

avec son propre repas

### Toute la journée

TESTS FORME  
PLUS SPORT

PARCOURS  
VÉLO

MULTIACTIVITES  
ENFANT

PARCOURS  
MOTRICITE



### Après-midi

#### SÉANCE POUND

A partir de 13h30

#### KUNG FU KIDS

A partir de 14h (avec Tigresse et Po le Panda)

#### MARCHE PLEINE NATURE LUDIQUE

A partir de 15h

#### GYM RENFO MUSCULAIRE

A partir de 15h

#### SÉANCE FULL'DANCE®

A partir de 16h

Entre chaque séance 30 secondes de

#### FLASH MOB !!

Spectacle de fin à partir de 17h

Inscrivez-vous en ligne :

[Cliquez ici](#)

