

**BIEN BOUGER :
À VOUS DE
JOUER !**

ANIMATIONS GRATUITES DU 18 AU 27 SEPTEMBRE 2020

. Nous vous remercions de vous présenter avec vos masques et de les enlever durant l'activité tout en maintenant une distance suffisante et d'au moins 1m avec les autres participants. Du gel hydroalcoolique sera mis à votre disposition. Les bâtons de marche nordique ou de Bungy Pump seront désinfectés mise à disposition.

14 - CALVADOS

OUIESTREHAM

INITIATION A LA MARCHÉ NORDIQUE

avec Caen Athlétic Club

Samedi 26 septembre de 10h00 à 12h30

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 06 87 71 69 37 ou
galina.surcin@eovi-mcd.fr

17 – CHARENTE-MARITIME

LA ROCHELLE

INITIATION A LA MARCHÉ NORDIQUE

avec le Sporting Club Surgères Athlétisme

**Samedi 26 septembre de
9h45 à 11h00 et 11h00 à 12h15**

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 06 38 82 59 14 ou
sandrine.lagaron@eovi-mcd.fr

18 – CHER

BOURGES

INITIATION AU BUNGY PUMP

avec Bourges Nordic walking

**Samedi 19 septembre de
9h00 à 10h15 et de 10h30 à 11h45**

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 06 38 82 59 14 ou
sandrine.lagaron@eovi-mcd.fr

21 – COTE D'OR

ALISE-SAINTE-REINE Chemin des Fouillés

ALESIA TRAIL

Dimanche 27 septembre de 9h à 17h

Quiz santé avec 1 sac de sport et
un séjour en Vacancier à gagner

Entrée libre – sans inscription

26 – DROME

SAINT RAMBERT D'ALBON

BIEN BOUGER : A VOUS DE JOUER !

Samedi 26 septembre de 14h00 à 17h00

- RANDO VELO de 14h à 16h30
- MARCHÉ NORDIQUE de 14h30 à 16h00
- PILATES de 15h00 à 16h00

Quiz santé avec 3 cartes Décathlon à gagner

Partenaires : Don du sang Rambertois, CODEP 26

Inscription avant le 23 septembre :
04 75 82 25 40 ou marion.chardon@eovi-mcd.fr

eovi-mcd.fr



Eovi-Mcd mutuelle - 173 rue de Bercy - CS 31802 - 75584 Paris Cedex 12
Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité, n° Siren 317 442 176.
Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique. DC-1907-CALENDRIERPPS-210x297



Une mutuelle du



**BIEN BOUGER :
À VOUS DE
JOUER !**

ANIMATIONS GRATUITES DU 18 AU 27 SEPTEMBRE 2020

31 – HAUTE GARONNE

LA CROIX FALGARDE DECOUVERTE DU BUNGY PUMP

Mardi 22 septembre de 14h00 à 16h00
Samedi 26 septembre de 10h00 à 12h00

Balade en forêt à travers la découverte d'une activité adaptée à tout âge et toutes capacités physiques.

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 06 84 79 84 44 ou
thibaut.berthet@eovi-mcd.fr

35 – ILLE ET VILAINE

SAINT MALO INITIATION A LA MARCHE AQUATIQUE avec l'association Jouan en marche **Mardi 22 septembre (horaires à définir)**

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 06 87 71 69 37 ou
galina.surcin@eovi-mcd.fr

40 – AQUITAINE

HOSSEGOR RANDONNEES BOTANIQUES

Avec une naturaliste du CPIE Seignanx et Adour qui commentera l'écologie des lieux, la faune et la flore.

Vendredi 25 septembre de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 16h30

quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription: 06 84 79 74 39 ou
laura.boucard@eovi-mcd.fr

43 – HAUTE- LOIRE

BAS-EN-BASSET INITIATION A LA MARCHE NORDIQUE avec le Coquelicot 42 **Vendredi 25 septembre entre 9h00 et 12h00.**

Quiz avec 1 carte décathlon à gagner

Inscription : 04 77 42 69 40 ou
corine.masson@eovi-mcd.fr

51 – MARNE

EPERNAY INITIATION A LA MARCHE NORDIQUE sur les vignes d'Epernay avec l'ASPTT **Mercredi 23 septembre de 9h00 à 11h00**

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription: 06 84 90 60 60 ou
emmanuel.dennequin@eovi-mcd.fr

63 – PUY-DE-DOME

LA ROCHE BLANCHE INITIATION A LA MARCHE NORDIQUE **Samedi 19 septembre de 10h00 à 11h30**

Quiz santé avec 1 carte Décathlon à gagner

Inscription : 06 84 09 11 55 ou
nathanaelle.lamy@eovi-mcd.fr

eovi-mcd.fr



Eovi-Mcd mutuelle - 173 rue de Bercy - CS 31802 - 75584 Paris Cedex 12
Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité, n° Siren 317 442 176.
Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique. DC-1907-CALENDRIERPPS-210x297



Une mutuelle du



BIEN BOUGER : À VOUS DE JOUER !

69 – RHONE

SAINTE-FOY-LES-LYON

BALADE BOTANIQUE

Avec l'association « les Herbes Sauvages »

Mardi 22 septembre de 10h00 à 12h00

Découverte des plantes, leurs vertus médicinales et comestibles : comment les reconnaître, les cueillir, les préparer et les conserver.

Quiz santé avec 1 carte Décathlon à gagner

Inscription : 04 77 43 20 23 ou
ppscentre.bfcra@eovi-mcd.fr.

72 – SARTHE

LE MANS

ATELIER EQUILIBRE

Activités physique adaptées orientées sur
L'équilibre et la mémoire avec Ma vie

**Samedi 19 septembre de 10h00 à 12h00 et de
13h30 à 15h30**

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 02 43 39 16 36 ou
galina.surcin@eovi-mcd.fr

75 - PARIS

PARIS 12^{ÈME}

SORTIE MARCHE NORDIQUE avec

Sportissimus

Samedi 26 septembre de 9h00 à 11h30

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription: 06 84 90 60 60 ou
emmanuel.dennequin@eovi-mcd.fr

eovi-mcd.fr



Eovi-Mcd mutuelle - 173 rue de Bercy - CS 31802 - 75584 Paris Cedex 12
Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité, n° Siren 317 442 176.
Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique. DC-1907-CALENDRIERPPS-210x297

ANIMATIONS GRATUITES DU 18 AU 27 SEPTEMBRE 2020

80 - SOMME

AMIENS

SORTIE MARCHE NORDIQUE

avec AUC Athlétisme Amiens

Samedi 19 septembre de 9h00 à 11h00

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription : 06 84 90 60 60 ou
emmanuel.dennequin@eovi-mcd

87 – HAUTE VIENNE

LIMOGES

INITIATION A LA MARCHE NORDIQUE

Mercredi 23 septembre de 9h15 à 11h45

Programme :

Deux ateliers proposés de 9h15 à 10h15 et de 10h45 à 11h45

Quiz santé avec 2 cartes Décathlon à gagner

Inscription :
06 38 82 59 14 ou sandrine.lagaron@eovi-mcd.fr



eovi-mcd
mutuelle

Une mutuelle du

**GRUPE
AÉSIO**