



RENCONTRE SANTÉ



ACTIVITÉ PHYSIQUE



BALADE SANTÉ

21 mai >
11 juin 2026



DE 14H À 16H



TRIEUX

Mairie

1 place Jean Jaurès



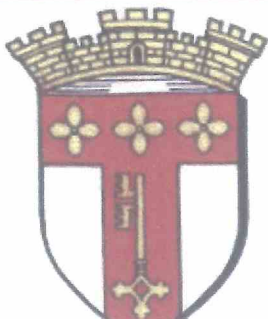
3 BALADES SANTÉ SENIORS PONCTUÉE DE PAUSES

- 21.05 - pour découvrir des techniques respiratoires et s'initier à l'olfactothérapie - animée par une naturopathe
- 28.05 - pour découvrir des exercices de réveil musculaire et de respiration dynamique - animée par une relaxologue
- 11.06 - pour expérimenter des exercices de relaxation et de détente - animée par une sophrologue

Balades de 3 à 5 kms accessibles à tous (Une collation sera proposée à la fin des balades) - Prévoir une tenue adaptée à la marche et à la météo et une bouteille d'eau

INSCRIPTION
GRATUITE

Nos partenaires



Mairie de Trieux

03 82 46 56 00

(lieu de départ des balades
communiqué à l'inscription)



#Rencontresanté