



MINI MARCHE

Des marches hebdomadaire destinées aux personnes en difficulté avec la marche.
Sorties de 1 heure, sur des terrains sûrs,
animées par un enseignant en Activités Physiques Adaptées.
Idéales pour les personnes en surpoids, avec des douleurs articulaires, âgées,
post AVC... Vous pouvez venir accompagné, avec une canne, ...

- **Chambéry** tous les mercredi, 10h30 à Buisson Rond (en bas de l'escalier de la piscine)
- **Aix les Bains** 1 jeudi sur 2, 10h30 sur le parking de l'hippodrome derrière le "Géant"
- **Albertville** tous les mercredi, 10h30 au Parc Henry Dujol (388 av Joseph Fontanet)



www.actiforme-domiforme.fr

Facebook : [Coach Sport Santé - APA](#)

Renseignements : 06 81 39 66 13

actiforme@actiforme-domiforme.fr

Enseignant en APA : Elise

Le lieu de RDV indiqué est le lieu de départ de la balade ou le RDV de covoiturage

Merci de nous prévenir de votre venue afin de préparer au mieux les sorties