

GRATUIT | EN ACCÈS LIBRE | TOUT PUBLIC

# Journée Défis Sport Santé

Samedi 12 octobre de 9h30 à 17h30  
Plage des Dagueys



Relevez des défis  
et soutenez la lutte  
contre le cancer du sein !  
avec le soutien de la mutuelle Pavillon Prévoyance



# PROGRAMME DES ACTIVITÉS

## Tout au long de la journée



Quizz santé | Water Bike, Mur d'escalade, Vélo Smoothie et course-marche d'orientation |  
Le Collège Ostéopathe de Bordeaux sera présent toute la journée pour des consultations gratuites |  
L'Institut de Formation en Soins Infirmiers de Libourne sera présent pour sensibiliser au Sport Santé

- 9h30** Accueil des participants | Distribution des passeports quizz
- 10h - 11h** Initiation escrime cancer du sein avec **l'Escrime Club Libourne**  
Initiation AVIFIT avec **le Club Nautique Libournais** - Initiation au Yoga sur chaise avec **le Service des Sports**
- 10h | 11h** Défis Marche avec **le Service des Sports**
- 11h30 | 14h30** Longe Côte avec **le Service des Sports**
- 10h30-11h | 15h30-16h** Aquagym avec **le Service des Sports**
- 10h-10h30 | 11h30-12h | 14h30-15h** Initiation Aviron avec **le Club Nautique Libournais**
- 10h30 - 11h** Zumba Kids avec **No less pink**
- 10h30-11h30 | 14h-15h** Stretching avec **le Service des Sports**
- 11h30-12h | 14h-14h30** Sophrologie avec **le Service des Sports**
- 11h30** Démonstration Escrime artistique avec **l'Escrime Club Libourne**
- 11h30-12h30** Initiation Yoga avec **Les minis Yogis**
- 12h - 14h** Pique-nique | Possibilité de se restaurer au Grand Café du Lac
- 14h - 17h** Tir sportif avec **le Tir sportif Libourne** | Dragon Boat avec **le Canoë Kayak Sport Libourne**
- 15h** Initiation Capoeira avec **l'ASSO Luandaxé Capoeira**
- 15h30** Zumba intergénérationnelle avec **No less pink** | Initiation Cirque avec **Déclic Circus**
- 16h30** Démonstration Capoeira avec **l'ASSO Luandaxé Capoeira**
- 17h** Spectacle Declic Circus

Les dons récoltés sur place seront reversés en faveur de la lutte contre le cancer du sein.  
Évènement organisé par le service des Sports de la Ville de Libourne. Merci à tous nos partenaires.

Renseignements : 05 57 25 66 77