



Actions de Prévention & Activités Physiques

Découvrez le programme « Bougez Santé » de la rentrée !

Pour tous renseignements : 06 15 49 33 48 / a.morel@mutualite-corse.fr



A partir du 02 septembre 2020 – 16h00 à 17h00

Initiation au Longe Côte – Ajaccio

Plage de Marinella

Marche aquatique – 6 séances

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI



A partir du 02 septembre 2020 – 17h00 à 18h00

Initiation au Longe Côte – Ajaccio

Plage de Marinella

Marche aquatique – 6 séances

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI



A partir du 05 septembre 2020 – 08h30 à 10h00

Initiation à la Marche Nordique – Ajaccio

Multi sites : Suartello, Péraldi...

Marche dynamique avec bâtons (fournis) – 6 séances

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI



A partir du 05 septembre 2020 – 10h15 à 11h45

Initiation à la Marche Nordique – Ajaccio

Multi sites : Suartello, Péraldi...

Marche dynamique avec bâtons (fournis) – 6 séances

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI





Du 05 septembre au 17 Octobre 2020 – 10h

Initiation à la Marche Nordique – Propriano

Olmeto, plage de Baracci

Marche dynamique avec bâtons (fournis) – 6 séances

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI



Dimanche 20 Septembre – 8h00

Randonnée Santé Culturelle

San Petru - Petretto

Encadré par un Accompagnateur de moyenne montagne

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI



Dimanche 04 Octobre – 8h00

Randonnée Santé Culturelle

Capu di Muru – Coti Chiavari

Encadré par un Accompagnateur de moyenne montagne

 8-9 km  4h00  +250m  Moyen

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI



Dimanche 06 Septembre – 8h00

Randonnée Santé Culturelle

Bergerie Porteto - Vizzavona

Encadré par un Accompagnateur de moyenne montagne

POUR PLUS D'INFORMATION
ET INSCRIPTION, CLIQUER ICI

