

Les Parcours du Coeur 2023

Samedi 10 juin 2023

La 2ème édition des "Parcours du Coeur" se tiendra le samedi 10 juin prochain au parc municipal.

Les ateliers

YOGA DU RIRE

Le Yoga du Rire apporte plus de joie, d'énergie, une meilleure santé et surtout une profonde détente ressentie en fin de séance.

De 10h30 à 11h30 et de 11h30 à 12h30 dans le hall du CCS

Participation : 3€

Places limitées à 15 personnes par groupe.

Atelier réservé aux adultes

SOPHROLOGIE

La Sophrologie a pour objectif de créer une harmonie entre le corps et l'esprit pour ressentir un mieux-être.

De 12h30 à 13h30 et de 13h30 à 14h30 au centre de loisirs

Participation : 3€

Places limitées à 15 personnes par groupe.

Atelier réservé aux adultes

VÉLO SMOOTHIE



Découvrez une façon ludique de faire vélo et dégustez votre jus de fruits frais !

En continu de 10h à 14h00 - Participation : 1€

Atelier réservé aux adultes.



Les animations sportives

Parcours sportif organisé par les jeunes du CMJ (Conseil Municipal des Jeunes)

Initiations au tennis et badminton par les associations sportives de Champagne (Tennis de table, Badminton)

Démonstrations sapeurs-pompiers

Manoeuvres incendie par les Jeunes Sapeurs Pompiers Volontaires (JSPV)

Exposition des engins, Participation des JSPV au parcours sportif et présence du camion de recrutement

Atelier par la Croix-Rouge Française

L'unité locale de la Croix-Rouge Française, les Berges de l'Oise, vous propose une initiation aux gestes de premiers secours. A l'aide de mannequin et de tout le

matériel nécessaire, apprenez les gestes qui sauvent.

Atelier créatif

2€ par personne (reversés à la Fondation Française de Cardiologie)

Et vente de porte-clés réalisés par les enfants du centre de loisirs. 1€ le porte-clé (reversé à la Fondation Française de Cardiologie)

Atelier diététicienne

Diététicienne, nutrition, Camille Petit, diététicienne à Champagne-sur-Oise animera un atelier et vous livrera ses conseils pour une alimentation saine et équilibrée.

RESTAURATION SUR PLACE



Le restaurant Pokerolls s'implante au parc municipal pour les Parcours du coeur. Commandez vos Pokérolls ou Pokéballs sur place. Plusieurs formules au choix.
(Dans la limite des stocks disponibles)

Les fonds récoltés seront reversés à la Fédération Française de Cardiologie.

Coordonnées

Parc municipal
rue de Welwyn
95660
Champagne-sur-Oise
Date
Samedi 10 juin, 10:00 - 14:00
Documents
[Flyer parcours du coeur 2023](#)