

SORTIE DE REPIT



POUR LES AIDANTS

Activité Physique Adaptée en bord de mer

C'est avec un grand plaisir que nous vous invitons à une sortie de répit à destination des aidants, sur la thématique du sport adapté.

Cette sortie se déroulera le

Jeudi 10 juin 2021

De 14h00 à 16h00

**Entre les plages de l'Escale Borely
et les plages du Prado**



Exercices doux et balade Des éducateurs sportifs de l'association SIEL BLEU vous proposeront pendant deux heures, des exercices de mise en mouvement doux adaptés à chacun et chacune.

Le cadre agréable du bord de mer vous permettra de profiter de l'air marin et d'une vue imprenable sur les îles du Frioul. A la fin de l'activité, nous partagerons une collation offerte par l'association A3.



A prévoir : Chaussures et tenues de sport, casquette, lunette de soleil, bouteille d'eau pour s'hydrater

Inscription : Les places étant limitées, l'inscription est obligatoire. Contactez-nous dès à présent au 04.91.70.76.53. OU 06.50.38.52.43.

A la date limite d'inscription (le 20/04/2021) vous serez informé de la validation ou non de votre participation à cette journée.

Coût : 10€/personne : Si votre participation est confirmée, il vous faudra adresser le règlement par courrier postal à l'adresse suivante : « Association A3, Hôpital Ste Marguerite, 270 Av. de Ste Marguerite, Pavillon 2 – Rdc, 13009 Marseille ».

Accès : Nous vous donnons **RDV à 13h40 sous la Grande Roue** de l'escale Borely. **Bus 19 Arrêt « Hippodrome plage »**