



GARDEZ LA FORME !

ROMPEZ AVEC LA MONOTONIE !

DECOMPRESSEZ !

Vos enfants pratiquent le triathlon et vous souhaitez leur montrer que vous êtes une maman sportive et en pleine forme ?

Vous avez une amie, collègue, voisine... qui souhaite commencer une activité physique de santé, adaptée et sécurisée ?

Votre médecin vous a conseillé de pratiquer un des trois sports fondamentaux : la natation, le vélo, la marche ou la course à pied ?

BOUGEZ VOTRE SANTE... ESSAYEZ LE TRIATHLON !

Prenez ou reprenez soin de vous.

Venez passer un week-end sur la Côte d'Opale et pour Améliorer votre condition physique repartez avec un **bilan personnalisé et des conseils judicieux**

Triathlètes débutantes ou confirmées, parrainez une femme en l'accompagnant au 1^{er} stage « Triathlon Santé » organisé par les ligues 59/62 et Picardie

Samedi 29 et Dimanche 30 avril 2017 à Rang-du-Fliers

(et le 1^{er} mai...c'est férié...un jour de plus pour vous reposer en famille !)



Pour tous renseignements complémentaires : picquartvirginie@yahoo.fr ou 06 81 59 44 74



Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

