

CONVENTION GYM VOLONTAIRE

SAMEDI 12 SEPTEMBRE 20
9H00 - 16H30

ÉTAPE :

CENTRE DES CONGRÈS
CAEN (14)

CARDIO PILATES

FIT'STICKS

CROSS-TRAINING

DANSE AFRICAINE

FELDENKRAIS
STRETCHING



vita fédé
TOUR



avec la participation
d'Isabelle ROSSI

**OUVERT
À TOUS**

**ENTRÉE
PAYANTE
SUR INSCRIPTION**

PLUS D'INFOS >

02 31 28 78 71
www.sport-sante.fr

TARIFS

- 25 €/personne jusqu'au 31 juillet 2020
- 35 €/personne à partir du 1^{er} août 2020
- 1 parrainage* = 10 € de réduction

A l'occasion du Vitafédé Tour, le Comité Régional EPGV de NORMANDIE vous propose une journée «Sport Santé» pour booster vos séances, découvrir le métier d'éducateur sportif, ou tout simplement s'amuser en la partageant avec un proche.

Un événement organisé
par la **Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire.**

PROGRAMME DE LA JOURNÉE DU 12 SEPTEMBRE 2020

9h00 - Accueil (remise d'un pack cadeau)

9h30 à 9h45 - Échauffement collectif (I. Rossi, P. Bardoul, L. Moreau)

10h00 à 11h00 - Cardio Pilates (I. Rossi)

11h15 à 12h15 - Fit'sticks (L. Moreau)

- Cross-training en extérieur (P. Bardoul)

**RESTAURATION POSSIBLE : FOOD TRUCK (plusieurs formules)
OU PERSONNELLE (à l'extérieur du Centre)**

13H00 à 13h30 - Conférence sur la prévention santé du métier
d'éducateur sportif (Dr C. Ferrandez)

14h00 à 15h00 - Danse africaine (L. Ismaël)

- Cross-training en extérieur (P. Bardoul)

15h15 à 16h15 - Feldenkrais et Stretching (I. Rossi)

Toute la journée - Stands d'informations (COREG - Organisme de Formation, CODEP - Accompagnement dans l'emploi, Gévédit, CROS, Groupama, Crédit Mutuel, Conseil Régional, MGEN, VVF Villages)

 **INSCRIPTION EN LIGNE** sur www.helloasso.com

PARRAINAGE* : 10 € réduction pour l'inscription d'un licencié EPGV amenant une personne non licenciée (soit 40 € pour 2 jusqu'au 31 juillet ou 60 € pour 2 à partir du 1^{er} août 2020).

CAUSE SOLIDAIRE : Cet événement est organisé en collaboration avec l'association "Colosse aux pieds d'argile". À cette occasion,

**1 € SERA REVERSÉ POUR CHAQUE INSCRIPTION
ET UNE CAGNOTTE SERA DISPONIBLE SUR PLACE.**

CO-VOITURAGE : Nous vous incitons à favoriser le co-voiturage pour vous rendre à cet événement.