



# les Séniors

## au rythme des jeux

### Programme de la journée

- **8h30** : Accueil et point sur les inscriptions au Complexe Sportif Serge-Mésônès (Café ...).
- **9h** : Départ en car pour rejoindre le point de randonnée.
- **9h30-12h** : Randonnée 10 km  
Randonnée 6 km
- **12h-13h45** : Repas tiré du sac.
- **13h45-16h45** : Activités sportives : sophrologie, Handball Fauteuil, Athlétisme, Tir carabine laser, Cécifoot.
- **16h45** : Goûter suivi de la conférence de Monsieur Yvan Wouandji joueur de cécifoot avec l'équipe de France, Vice-champion olympique à Londres.

### Inscriptions

**Du 13 au 30 mai 2024 dans chaque EAA**

L'Alliance : 03 86 46 38 01

La Source : 03 86 72 48 63

La Confluence : 03 86 94 06 34

La Boussole : 03 86 72 48 87

La Ruche : 03 86 72 48 95