

Je Bouge Pour Ma Santé



PROGRAMME ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SANTÉ

- PARTICIPE À DES SÉANCES COLLECTIVES ET LUDIQUES
- DÉVELOPPE DE NOUVEAUX SAVOIRS SUR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
- APPRENDS À COMPRENDRE TES MOTIVATIONS
- PRENDS CONNAISSANCE DES OFFRES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES QUI EXISTENT AUTOUR DE CHEZ TOI



7 SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE
1 SÉANCE D'ACCUEIL CONVIVAL
1 BILAN

DATE	SÉANCE	THÈMES	HEURE
18/09/2024	N°1	SÉANCE D'ACCUEIL ET DE PARTAGE	14H30
20/09/2024	N°2	ACTIVITÉ PHYSIQUE 1	10H30
25/09/2024	N°3	ACTIVITÉ PHYSIQUE 2	14H30
27/09/2024	N°4	ACTIVITÉ PHYSIQUE 3	10H30
02/10/2024	N°5	ACTIVITÉ PHYSIQUE 4	14H30
04/10/2024	N°6	ACTIVITÉ PHYSIQUE 5	10H30
09/10/2024	N°7	ACTIVITÉ PHYSIQUE 6	14H30
11/10/2024	N°8	ACTIVITÉ PHYSIQUE 7	10H30
16/10/2024	N°9	BILAN	14H30

10H-11H30

Je Bouge
Pour Ma
Santé

