



# LES PARCOURS DU Cœur

Philippe CAROIT, parrain



SAMEDI  
**25 MAI** 2024

- ▶ De 14 h à 17 h
- ▶ Départs salle des fêtes de **Verneuil-sur-Avre**

VENEZ MARCHER, COURIR ou PÉDALER

- Courses à pied 10 km et 5 km
- Course d'orientation
- Marche guidée « Découverte du patrimoine »
- Marche plaisir 3 km
- Marche sportive 10 km
- Parcours vélo: 20 km et 35 km
- Stands : sport santé, gestes qui sauvent, prévention et dépistage des cancers, diététique, baby-gym, rugby santé...
- Tombola

OUVERT À TOUS

GRATUIT

VERNEUIL D'AVRE ET D'ITON



Vous pouvez faire un don sur [www.fedecardio.org](http://www.fedecardio.org) ou sur place

# LES PARCOURS DU Cœur



## PROGRAMME

**14 h**

**Inscriptions salle des fêtes de Verneuil-sur-Avre**

- 2 courses à pied: course (5 km) et course (10 km)
- Course d'orientation
- 3 marches: marche guidée "Découverte de la Ville" encadrée par l'Office de tourisme  
marche sportive (10 km)  
marche plaisir (3 km)
- 2 parcours vélo: 20 km et 35 km

**14 h 30**

Départ des marches, des courses à pied et des parcours vélo

**De 14 h à 17 h**

**Animations à la salle des fêtes de Verneuil-sur-Avre**

- Initiation aux gestes de premiers secours
- Stands : sport santé, gestes qui sauvent, prévention et dépistage des cancers, diététique, baby-gym, rugby santé...
- Démonstrations de différentes danses: salsa, zumba, modern jazz, street jazz...
- Course de rameurs, trampoline, jump, home-trainer...
- Cours de baby-gym dès 3 ans

**17 h**

Tirage au sort de la tombola, distribution de boissons et de fruits

**UN GRAND MERCI  
À TOUS NOS PARTENAIRES**

