



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

Ville
de Notre
Dame
d'Oé

LES PARCOURS DU



Cœur

à Notre Dame d'Oé



Dimanche 27 avril 2025 Salle Oésia

MATIN

- **Courir avec ACC37**
 - o Inscriptions 9H30 départ 10H00
- **Le foot en marchant avec ESO Foot**
 - o 10H30 (à découvrir !)
- **Animation spéciale « jeux de société coopératifs »**
 - o 10H00-11H30 (tous les âges, ambiance garantie !)

11H30-13H30 : APÉRO-BUFFET GOURMAND 8€ (*)
avec accueil musical (Chants et Notes)
(Salades - Cakes - Verrines - Fromage - Dessert)

APRÈS-MIDI

- **Gestes qui sauvent, poste de secours et ambulance**
- **Démonstrations et animations**
 - o Danses – Bowling – CLSH – ESO Plongée – Surprises
- **Grand cœur humain (16H)**
- **Stands : Nutrition – Shiatsu – Bien-être – Jeux**
- **Exposition et ateliers CM2**
- **Vente de cœurs chocolat et de pâtisseries (*)**
- **Flashmob**
- **Tombola 2€ (*)**

3€ solidaires pour la Fédération Française de Cardiologie

(*) Bénéfices reversés à La Fédération Française de Cardiologie

Soutenu par



J'aime mon cœur, je participe.



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

Ville
de Notre
Dame
d'Oé

LES PARCOURS DU



Cœur

à Notre Dame d'Oé



Samedi 26 avril 2025

MATIN (Salle Oésia)

- **Marche avec les Trot'Sentiers**
 - o Inscriptions 9H00 - Départ 9H30
- **Marche nordique avec Marche Nordique 37 et Activ'Nordic Joué**
 - o Inscriptions 9H00 – Départ 9H30

11H30-13H00 : Récupération gourmande pour les sportifs

APRÈS-MIDI

- **14H00 – 16H00 : Atelier CUISINE avec Alexandra Pays**
 - o Plaisir et équilibre dans l'assiette
 - o Salle Blier, sur inscription (06 89 79 16 80)
- **15H-16H / 16H-17H (2 ateliers) : DO-IN (Gymnastique japonaise) avec Patrice André, sur inscription (06 77 54 06 08)**
 - o Séance 5€ (*) Parc de Mazières / Salle Mozart (suivant météo)
- **14H30 – 18H00: Fitness party avec ESO Gym (adultes-enfants-bébés)**
 - o Gymnase Barc (Programme joint et sur le site de la mairie)
 - o Vente de pâtisseries (*)
- **17H30-19H00: Émotions et alimentation (table ronde) avec Aurélie David**
 - o Mieux se comprendre, se nourrir et se détendre
 - o Salle Blier, sur inscription (06 89 79 16 80)

**Toute la journée : vente de cœurs chocolat (*) et
de billets de tombola (Tirage le dimanche) (*)**

3€ solidaires pour la Fédération Française de Cardiologie

(*) Bénéfices reversés à La Fédération Française de Cardiologie

Soutenu par



J'aime mon cœur, je participe.