

LES PARCOURS DU

Cœur

Dimanche
16 avril
2023

- ACTIVITÉS PHYSIQUES
- ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE
- ARRÊT DU TABAC
- GESTION DU STRESS
- GESTES QUI SAUVENT



Départs de l'IFSI de Saint-Dié

(Institut de Formation en Soins Infirmiers, au dessus de l'hôpital)

3 circuits de marche (4, 7, 12 km) : départs 8h à 15h
VTT à 9h (16 km) - vélo sur route à 9h30 (18 km)

Stands-santé

Infos sur <coeursante.deodatie.fr>

Soutenu par

