

LE VÉLO DANS TOUS SES ÉTATS

Un événement convivial, intergénérationnel et solidaire !



Samedi 9 Septembre 2023

de 8h à 18h

**AquaFitness / Pôle Omnisports
Avenue Général de Gaulle, 53500 Ernée**

Gratuit

LE VÉLO DANS TOUS SES ÉTATS

SOYEZ ACTEUR DE VOTRE SANTÉ !

8h-10h

Vélo-rando avec le **Cyclo Club ernéen**

Rendez-vous sur l'esplanade de l'AquaFitness avec votre vélo.

A PARTIR DE 10H

Ça bouge à l'AquaFitness et dans le Pôle Omnisports !

Ateliers découverte sport-santé* :
body détente, spin bikes, stretching et gym adaptée.
Les professionnels s'adapteront à toutes conditions physiques.



* Places limitées !

Inscriptions du 30 août au 6 septembre 2023

Marjorie BERTIN : 07 48 94 92 41 m.bertin@lernee.fr

Virginie QUINTON : 07 62 50 29 37 lescapade@lernee.fr

ILS SERONT LÀ POUR VOUS,

TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE !

LudikEnergie



Partez à la découverte de beaux paysages et vivez des sensations uniques d'évasion en simulateur !



Rechargez vos appareils électroniques à la force de vos jambes dans des espaces dédiés

Bike Energy



Initiez-vous aux sensations de vitesse sur pump track !

Dépann'cycles

Uniquement l'après-midi



La bonne adresse pour trouver de bons et précieux conseils en matière de réparation et d'entretien de votre « 2 roues »

Bicyclem



Vélo cargo, tricycle... venez les essayer !

L'Amicyclette



Faites confiance à vos amis et vivez l'expérience du tandem à deux, à trois... ou dos à dos !

Étincelle 53



Découvrez la balade solidaire en faveur des personnes à mobilité réduite et essayez la Joëlette !

**Explor'action
Circus**



Déambulations en monocycles : venez encourager les élèves et leur professeur

HPR Solutions



Vélos "randoner" ou "promener" : testez des tricycles électriques innovants !

Sport 2000



Initiez-vous au vélo électrique !

**Cyclo club
ernéen**

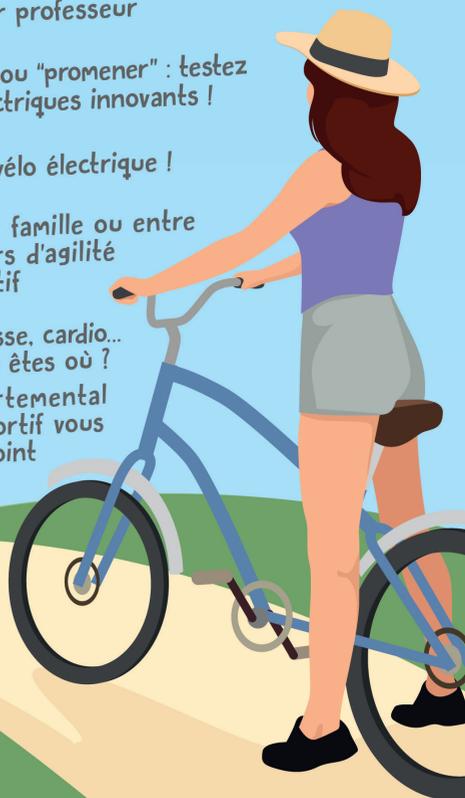


Venez tester en famille ou entre amis un parcours d'agilité ludique et sportif

CDOS 53



Équilibre, souplesse, cardio... et vous, vous en êtes où ?
Le Comité Départemental Olympique et Sportif vous aide à faire le point



APRÈS AUTANT D'EFFORTS

UN PEU DE RÉCONFORT !



Essayez le vélo-smoothie !

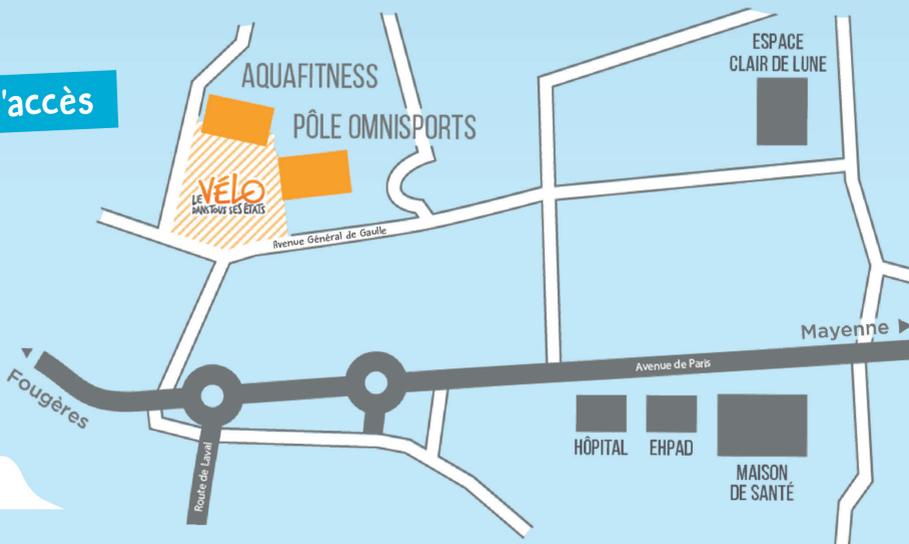
1€
le smoothie

pour encourager les initiatives locales et solidaires de l'Association Catholique des Enfants (ACE)

Pour les gourmands

Buvette et gâteaux l'après-midi !

Plan d'accès



Infos pratiques

Samedi 9 septembre 2023 de 8h à 18h
Aquafitness / Pôle Omnisports
Avenue Général de Gaulle, 53500 ERNÉE

RENSEIGNEMENTS : 02 43 05 46 40 ou 07 48 94 92 41
cias@lernee.fr ou m.bertin@lernee.fr

Plus d'infos



CDOS
MAYENNE

