



La Marche Nordique

Une dimension Athlé-Santé

- **Un sport accessible à tous**
- **Un sport complet**
- **Un sport bénéfique pour la santé**
- **Un sport idéal pour perdre du poids**
- **Un sport convivial**

La Marche Nordique est une discipline très conviviale et bénéfique pour la santé. De plus en plus de médecins recommandent la pratique de ce sport à leurs patients afin de lutter contre les effets de l'âge, de l'obésité et de la sédentarité.

Venez essayer cette activité tous les samedi de 10h00 à 12h00

Lieu de RDV : Stade Henri Wallon - 1, rue Bernard Birsinger - 93000 Bobigny
<http://www.athle-bobigny.fr> - contact@athle-bobigny.fr - Tél : 06 51 16 49 18