

Genève, le 03 juillet 2018

### Entraînements sant «e» scalade 2018

## DATES DES ENTRAÎNEMENTS SENIORS ET DES ENTRAÎNEMENTS EN COMMUN

Depuis 20 ans, différents entraînements de marche et de course à pied sillonnent le canton de Genève et ses frontières. Ces derniers, mis en place par l'association sant «e» scalade, ont pour but la promotion de la santé et d'une activité physique régulière. Gratuits et sans inscription préalable, encadrés par des entraîneurs professionnels du centre Athletica, ces séances, s'adressent à tous les niveaux et tranches d'âge des sportifs amateurs.

#### Les entraînements dédiés aux seniors (+60 ans)

L'année dernière, plus de 1'600 personnes ont été comptabilisées sur l'ensemble des 12 séances proposées. En 2018, à nouveau 12 entraînements de marche ou de course à pied encadrés par des professionnels seront dispensés.

De plus, pour fêter dignement des 20 ans, sant «e» scalade Senior propose en collaboration avec Cité Senior un 2ème entraînement hebdomadaire le vendredi en Ville de Genève.

#### Sant «e» scalade Senior :

13 septembre au 29 novembre	14h30	Centre sportif du Bout-du-Monde
--------------------------------	-------	---------------------------------

#### Sant «e» scalade Senior en collaboration avec Cité Senior (dès 55 ans) :

21 septembre au 30 novembre	14h00	Cité Senior, 62 rue de Lausanne, Genève
--------------------------------	-------	---

# sant «e» scalade

Rue des Eaux-Vives 63  
Case Postale 6479  
CH – 1211 Genève 6

## Les entraînements en commun

C'est l'occasion de découvrir ou de redécouvrir des sentiers agréables propices à l'activité de plein air les 7 dimanches précédents la Course de l'Escalade, du 14 octobre au 25 novembre, agendez-les :

14 octobre	10h00	VANDOEUVRES, Parc de la Mairie
21 octobre	10h00	ONU, Place des Nations
28 octobre	10h00	VERNIER, Ecole du Lignon
4 novembre	10h00	MEINIER, Centre sportif de Rouelbeau
11 novembre	10h00	NYON, Stade de Colovray (VD)
18 novembre	10h00	VITAM-PARC, Neydens (F)
25 novembre	09h00	PARC DES BASTIONS, Genève

## Pour de plus amples informations :

Secrétariat sant«e»scalade  
Rue des Eaux-Vives 63  
Case Postale 6479  
1211 Genève 6  
Tél. +41 22 700 59 02  
info@santescalade.ch  
www.santescalade.ch

Cité Seniors  
Rue de Lausanne 62 - Rue Amat 28  
1202 Genève  
Tél. 0800 18 19 20 (appel gratuit)  
citeseniors@ville-ge.ch  
www.seniors-geneve.ch