

Genève, juillet 2023

### Entraînements sant «e» scalade 2023

## DATES DES ENTRAÎNEMENTS SENIORS

Depuis deux décennies, différents entraînements de marche et de course à pied sont destinés aux seniors du 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 accessible au plus grand nombre. Gratuits et sans inscription préalable, encadrés par des entraîneurs professionnels du centre Athletica, ces séances, s'adressent à tous les niveaux.

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

En 2022, plus de 1'100 personnes ont été comptabilisées sur l'ensemble des 12 séances proposées. En 2023, à nouveau 12 entraînements de marche ou de course à pied encadrés par des professionnels seront dispensés.

Suite au succès rencontré ces quatre dernières années, sant «e» scalade Senior reconduit, en collaboration avec Cité Seniors, un 2ème entraînement hebdomadaire le vendredi en Ville de Genève.

#### Sant «e» scalade Senior :

14 septembre au 30 novembre	14h30	Centre sportif du Bout-du-Monde
--------------------------------	-------	---------------------------------

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

15 septembre au 1 <sup>er</sup> décembre	14h00	Couvert de la Placède-Châteaubriand, 1202 Genève
---	-------	---

# sant «e» scalade

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

## **Pour de plus amples informations :**

Bureau de sant«e»scalade  
Rue des Eaux-Vives 63  
Case Postale 6479  
1211 Genève 6  
Tél. +41 22 700 59 02  
[info@santescalade.ch](mailto:info@santescalade.ch)  
[www.santescalade.ch](http://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](mailto:citeseniors@ville-ge.ch)  
[www.seniors-geneve.ch](http://www.seniors-geneve.ch)