

ENTRAÎNEMENTS POUR SENIORS COURSE À PIED ET WALKING

DATES Tous les mercredis à 14h du 17 septembre
au 3 décembre 2025.

Tous les jeudis à 14h30 du 18 septembre au 4 décembre
2025.

PARTICIPATION
GRATUITE

LIEUX Les mercredis : Centre Sportif des Evaux,
Ch. François-Chavaz 110, 1213 Onex.
Les jeudis : Centre Sportif du Bout-du-Monde, Route de
Vessy 12, 1206 Genève.

PARTICIPANT(E)S Ce programme
d'entraînement en commun hebdomadaire, gratuit et
réservé aux personnes de 60 ans et plus, dure 12 semaines,
soit jusqu'au mercredi 3 décembre et/ou jeudi 4 décembre
2025. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à la Course de
l'Escalade pour participer à ces entraînements. **Aucune**
convocation ne sera envoyée.



sant **e** scalade

SÉANCES Après inscription, vous pouvez participer
aux séances d'entraînement de votre choix.

Les séances auront lieu par tous les temps.
Encadrement assuré par des professionnels du Centre
d'expertise du sport, de la santé et de la forme Athletica.

ÉQUIPEMENT vêtements et baskets
de sport, gourde.

INFOS & INSCRIPTIONS

Inscription sur notre site internet d'ici au 19 septembre 2025
ou en retournant le talon réponse ci-dessous lors de votre
premier entraînement.

S'INSCRIRE
Scannez le qr-code



ORGANISATION

Association Sant"e" scalade
CP 6479, 1211 Genève 6
022 700 59 02
info@santescalade.ch
escalade.ch/santescalade



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



À RETOURNER lors de votre premier entraînement
Ceci est une inscription aux entraînements et non pas à la Course de l'Escalade

Nom : Prénom :

Adresse :

NPA-Ville : Téléphone :

Email (si communication par email souhaitée) :

Date de naissance : Signature :



J'ai participé aux entraînements l'an passé.

