



CDSA 46
Maison des Associations
Espace Clément Marot
Place Bessières
46 000 CAHORS
Port. : 06.50.67.96.41
@ : cdsportadapte46@gmail.com

INVITATION

Le Comité Départemental de Sport Adapté du Lot vous invite à la troisième édition de sensibilisation à la pratique physique et sportive à destination des Groupements d'Entraide Mutuelle du Lot.

Nous serions très honorés de votre présence.

« **GEM** **LE** **SPORT** » 3^{ème} Edition

Mercredi 05 Septembre 2018

De 10h à 16h30

Espace Murat (gymnase) à LABASTIDE-MURAT

Programme de la Journée

10h : Accueil

10h30 – 12h : Sensibilisation « Tests de Condition Physique » par CDSA 46 : ateliers simples et rapides pour tester l'endurance, la force et l'équilibre

12h – 13h30 : Repas préparé par les GEM's du Lot

13h30 – 15h30 : Activités physiques (échauffement/ gym douce/ bumball ?/ retour au calme)

16h : Bilan de la Journée & Goûter

Vous êtes invités à venir partager le repas avec nous mais nous avons besoin de connaître votre réponse afin de préparer le repas au plus près des effectifs présents. Nous vous demandons donc de nous donner votre réponse par téléphone ou par mail au CDSA 46.

En vous remerciant par avance.



MOULES Marcel – Président du CDSA 46

