

Vous invite
à une **Rencontre**
Santé

**Gratuit
sur inscription**

Dans la limite
des places
disponibles

Rando santé environnement

Vendredi
8 juin 2018
de 9h à 12h

LE CAUSSE DE MENDE
(Départ du parking
du parc Accrobranche.)



Office National des Forêts

La pratique d'une activité physique adaptée est déterminante et contribue au maintien de l'autonomie et du capital santé. Accessible à tous, la marche est une activité d'intensité moyenne qui permet d'entretenir son système cardio-vasculaire et de se tonifier des pieds à la tête, en douceur. C'est aussi l'occasion de découvrir le patrimoine naturel local.

La Mutualité Française Occitanie vous invite à une rando santé environnement afin d'apprécier les bienfaits de la nature et de l'activité physique sur la santé.

Départ du parking du parc Accrobranche.

Au programme

Vous êtes peut être un habitué de balades sur le causse de Mende mais en connaissez-vous son histoire ?

Découvrez à travers cette « rando santé environnement » l'histoire de la forêt domaniale de Mende et sa renaissance, tout en appréciant les bienfaits d'un moment convivial.

Intervenant

Un accompagnateur de l'Office National des Forêts.

Et aussi...

- Chaque participant doit se munir d'un équipement adapté (eau, tenue et chaussures).
- Pot de l'amitié offert.



Inscriptions et renseignements

Par téléphone au **06 67 76 44 98**

Retrouvez-nous aussi sur :

