



ESPÉRAZA

Activités sport santé aux berges de l'Aude

Pour la première fois, le collectif d'associations Synergétik-Eden, membre des fédérations sport pour tous et FAEMC, organise une journée découverte des activités sport santé, **samedi 3 juillet** de 9 à 18 heures sur la pelouse des berges de l'Aude. Un événement soutenu par le département de l'Aude et le réseau Efformip. Petits et grands pourront expérimenter les bienfaits d'arts plurimillénaires de santé comme le tai-chi ou le yoga. La journée sera clôturée par une séance de théâtre forum sous la direction de Denis Leblond (Voxomnibus).



► Rendez-vous samedi.

Cette journée est organisée en partenariat avec la municipalité et la commission extra-municipale pour la santé et s'inscrit dans le plan régional « Sport, santé, bien être Occitanie 2019-2024 ».

► Rens. au 06 07 53 12 70 et programme complet sur www.vital-eden.fr