



Ca N° 450

Sportez-vous bien
Si notre numéro du mois d'août vous a convaincu des bienfaits de l'activité physique pour la santé, la Fédération française sports pour tous peut vous aider à trouver la discipline qui vous correspond le mieux. Un test en quatre questions est en ligne sur le site sportspourtous.org. Les propositions tiennent par exemple compte du temps dont vous disposez et de votre préférence pour les pratiques individuelles ou collectives, à l'intérieur ou en extérieur.