

# Envie de reprendre une activité physique, de tester sa condition physique, de connaître sa marge progression ?



Nous vous proposons d'effectuer un bilan de condition physique personnalisé, encadré par nos éducateurs diplômés. A l'issue nous présenterons notre projet de remise en forme avec des séances de natation douce, de vélo à assistance électrique ou encore de marche ou de course à pied lente afin de vous redonner le gout de l'activité physique

## Comment puis-je participer ?

Rendez-vous sur [www.cambraitriathlon.fr](http://www.cambraitriathlon.fr) et cliquez sur ce logo : Vous remplirez le questionnaire santé, dont la confidentialité des informations transmises, est assurée par notre fédération.



Ensuite ? : Rejoignez-nous derrière la piscine Liberté en suivant la signalétique, pour réaliser votre bilan personnel le :

**16 février 2019**

Choisissez librement votre créneau d'accueil :

- le matin de 09h30 à 11h30
- l'après-midi de 14h15 à 16h30

*Il faut compter 1h30 pour effectuer ce bilan*



Je ne dois pas oublier une tenue décontractée ou sportive, ainsi que des chaussures de sport.

Une collation vous sera offerte sur place !

Carte  
10  
séances

La participation à ce bilan est fixée à 6 € (*payable sur place*), cette somme sera déduite de la carte de séances que nous pourrions vous proposer.

*Exemple : carte de 10 séances de 1h00 d'activités physiques = 60 €*

Un complément d'informations ? Contactez : Guillaume - 06.03.65.50.48

Venez profiter d'un moment convivial, loin de l'image du triathlon...