

**AUXERRE**

# LES SÉNIORS AU RYTHME DU SPORT !

**JEUDI 1<sup>ER</sup> DÉCEMBRE 2022**

**DE 9H À 17H**

**COMPLEXE SPORTIF SERGE-MESONES**



**PROPOSÉ PAR LES EAA ET LE  
SERVICE DES SPORTS**

**RANDONNÉE,  
SOPHRO,  
GYM-ÉQUILIBRE,  
ESCALADE,  
GOLF...**

[WWW.AUXERRE.FR](http://WWW.AUXERRE.FR)



**GRATUIT, RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTION  
AUPRÈS DES ESPACES D'ACCUEIL ET D'ANIMATION**

# LES SÉNIORS AU RYTHME DU SPORT !

## PROGRAMME DE LA JOURNÉE

- 9h : Accueil et point sur les inscriptions au Complexe Sportif Serge-Mésonès (Café ....)
- 9h30-12h : Randonnée 10 km  
Randonnée 6 km
- 12h-13h15 : Repas tiré du sac
- 13h30-16h30 : Activités sportives : sophro, escalade, gym équilibre, golf
- 16h30 : Fin, Goûter

## INSCRIPTIONS

Du 14 au 25 novembre 2022 dans chaque EAA

L'Alliance : 03 86 46 38 01

La Source : 03 86 72 48 63

La Confluence : 03 86 94 06 34

La Boussole : 03 86 72 48 87

La Ruche ; 03 86 72 48 95

[WWW.AUXERRE.FR](http://WWW.AUXERRE.FR)



@villedauxerre

**GRATUIT, RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTION  
AUPRÈS DES ESPACES D'ACCUEIL ET D'ANIMATION**