

# Marches Conscientes

## 5 marches en groupe

animées par des professionnels de l'activité physique et de la prévention

- plaisir de marcher • rythme
- relaxation • respiration

**1<sup>ère</sup> marche**  
**mercredi 14 mars**  
**de 10h30 à 11h30**

Départ CCAS Romain ROLLAND  
3 passage Anatole France  
21500 MONTBARD

INSCRIPTIONS

GRATUITES :

03 80 92 59 32

[ccas-sas.montbard@wanadoo.fr](mailto:ccas-sas.montbard@wanadoo.fr)