

ATSCAF

vous invite à participer



LES PARCOURS DU Cœur 11ème édition



Dimanche 11 mai 2025 à Saint-Félix - GOSIER

RENDEZ-VOUS

Pointe à Pitre - Cap Excellence - Bd Légitimus à 5 h 45'
Basse Terre - Parking du Palais du Conseil Général à 5 h 00'

1 tee-shirt offert
contre un don de
2€, reversé à la FFC

PROGRAMME



6h30 Accueil
7h00 Echauffement
7h15 Marches de 3 kms et de 5kms
6h30 - 10h Dépistages et informations
Diabète, Hypertension, Addictions,
Activité physique, Gestes de 1^{er} secours
8h00 Zumba - Fit Stick - Salsa
10h00 Retour au calme



Les recommandations habituelles restent de rigueur : Bien manger la veille au soir, se nourrir le matin de la marche, se munir « S'équiper d'un couvre-chef, de chaussures de sport, de boissons et d'un chapeau.

12h00' DEJEUNER sur la plage de SAINT-FELIX au GOSIER

- Entrée : Crudités, Chiquetaille de morue
- Plats : Cuisse de poulet, Pavé de dorade boucané
- Accompagnement : Riz BBQ(poivrons, tomate, olive), Poêlée de légumes, gratin d'ignames
- Dessert : Salade de fruits
- Eau - Vin

Participation (Transport compris): ADHÉRENT 33 € - NON ADHÉRENT 38 € - ENFANT -12 ANS 22 €
Participation (Transport non compris): ADHÉRENT 23 € - NON ADHÉRENT 28 € - ENFANT -12 ANS 22 €

RÉSERVATION ET RÈGLEMENT AVANT LE 05 mai 2025 auprès de :

- George MONLOUIS 0690 34 60 04
- Patricia GNEBRE 0690 48 90 69
- Pascale CYRILLE 0767 85 15 36
- Claudia NICOLAS 0767 08 39 41

Bulletin à renvoyer avec votre règlement

NOM PRÉNOM

TÉL ADRESSE MAIL

Nombre de participants Adhérent(s) Non Adhérent(s) Enfant(s)

MARCHEUR NON MARCHEUR

Choix repas : Poisson Poulet

Prendra le Bus

CI-JOINT MA PARTICIPATION DE €

Règlement par : Chèque Espèces Virement (demander le RIB)