

7^{ème} édition

LES BALLEES ROSES

au profit de la lutte contre le cancer du sein

1 DON = 1 SOUTIEN

SAMEDI 5 OCTOBRE 2024

De **8h30** à **12h**
au Comité Départemental de Tennis de
la Charente à St Yrieix-sur-Charente
20 Rue des Sports

Les bienfaits du sport contre le cancer du sein

Pensez au dépistage !

PROGRAMME

8h30 Autour d'un café

9h00 Réveil musculaire

9h30 Pratique des activités (tennis, marche nordique, pilate, randonnée) et ouverture des ateliers.



**COMITÉ
CHARENTE**

**OUVERT
à toutes et
à tous**

7^{ème} édition

LES BALLEES ROSES

Merci pour votre participation et vos dons

Ateliers

- Animation et découverte de la pratique du tennis, doubles dames (TMC),
- Bien Être et prévention,
- Marche Nordique animée par l'association "Sport pour tous 16": Découverte Loisir Initiation Prévention, Tests forme plus sport (+18 ans) : 5 à 6 tests simples (10 min),
- Randonnée autour du plan d'eau.

Professionnels de Santé

- APA (Activité Physique Adapté),
- Motricité gestuelle pour tous,
- Pilate,
- Pharmacien : conseils médicalisés au quotidien,
- Sophrologie : massage assis,
- Écouter Voir optique et audition mutualistes : dépistage optique et audition,
- Ateliers : autour du dépistage et de la prévention du cancer du sein,
- Jeunes & Roses : sensibilisation et conseils auprès des jeunes patientes.

Nous vous attendons nombreux !

Comité Départemental de Tennis

20 Rue des Sports, 16710 Saint-Yrieix-sur-Charente

