



21 Mai  
2026

# Normandie Sporte Contre le Cancer

Découvrez les bienfaits de  
l'Activité Physique adaptée

100%  
Gratuit

SANS INSCRIPTION

9h30  
15h00

## DÉFI KILOMETRES 2026

LE TEMPS  
QUE VOUS  
SOUHAITEZ

Professionnels de l'hôpital, usagers, patients, et résidents des EHPAD venez vous défier et **effectuer le plus de kms avec pour objectif de ne jamais arrêter les compteurs** (Vélo, Vélo elliptique & marcheur)

*Encadré par un enseignant en activité physique adaptée*

📍 *Accueil de l'hôpital*



## SUR INSCRIPTION

Via le QR Code

13h00  
15h30

## GYM & PARCOURS NORDIQUE

20 MINUTES

Professionnels de l'hôpital, usagers, patients, et résidents des EHPAD venez réaliser **une séance d'initiation de 20 minutes** à la gym & parcours nordique

*Encadré par un enseignant en activité physique adaptée*

📍 *Devant l'hôpital*

VENEZ DÉCOUVRIR LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ  
PHYSIQUE ADAPTÉE LORS DE CES DEUX JOURNÉES.

Ce programme vous est proposé dans votre établissement

