

TOUS A VELO Pro Velo EDUC



Activité vélo : tous les lundis à partir du 2 octobre 2017

- Séances :**
- Lundi 2/10 Reprise, évaluation
 - Lundi 9/10 Exercices individuels
 - Lundi **16/10 Exercices individuels**
 - **Lundi 23/10 Exercices individuels**
 - **Lundi 6/11 Exercices individuels**
 - Lundi 13/11
 - Lundi 20/11

Pour qui ?

Pour toutes les personnes qui désirent apprendre à rouler.
Mise en selle (Activité mixte)

Quand ? Le lundi de 9h30 à 12h00

Où ? Départ de « Pro'Vélo »

rue de Londres, 15
1050 Bruxelles

Personne de contact : Amal (Centre Médical Miroir) 02/5113474
(Caria) 02/5130014

P.A.F. : 1 € la séance.

Encadrement : Moniteur « Pro Vélo »
Accompagnateurs (Partenaires du Réseau Santé Diabète)

Objectifs :

Retrouver une bonne condition physique.

Découvrir le sentiment de liberté à vélo.

Apprendre à se dépasser, à avoir confiance en soi.

