Communiqué

Octobre Rose : 1ère édition de l'Ardenn'Women

Dans le cadre d'Octobre Rose, le Conseil départemental organise un événement 100% féminin. Rendez-vous le dimanche 13 octobre, à la Maison départementale des Sports, de 9h à 13h.

Lors de cette matinée, **plus de 10 activités sportives et bien-être vont être proposées**. Au programme : de la boxe, du tir laser, de l'escrime, du yoga ou encore de la sophrologie ! Une belle occasion de découvrir ou de s'initier à ces différentes disciplines, le tout dans une ambiance conviviale.

Pour animer l'événement, **des sportives de haut-niveau** seront présentes et **iront à la rencontre du public 100% féminin.** Parmi elles, Céline Gerny, athlète para-dressage sera au rendez-vous.

Infos pratiques :

Horaires : De 9h à 13h
Tarifs : 5 € pour les adultes, 2 € pour les 12-18 ans. A partir de 12 ans.

>>> Les bénéfices seront reversés à la lutte contre le cancer du sein.

Votre lieu pour faire du sport

Composée de salles omnisports, musculation, boxe, d'un dojo, la Maison départementale des Sports accueille des disciplines et des compétitions, en tout genre. **Près d'une trentaine d'associations et de comités sportifs y sont hébergés et proposent une multitude d'activités, du lundi au dimanche !** De la gym douce pour les seniors en passant par du full contact, du cardio-fitness, chacun pourra y trouver son compte, quel que soit son âge et ses envies.

Nouveautés : cette saison, du yoga aérien et du kick fun sont proposés !

>>>Téléchargez **le livret des activités sportives de la Maison Départementale des Sports proposées** p**our cette saison 2019-2020, sur le** www.cd08.fr

Ces activités sont encadrées par des professionnels du sport ou des bénévoles diplômés.

Pour vous inscrire et obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez-vous rapprocher de l'association sportive choisie