

# Marche Défi bleu

venez découvrir ou redécouvrir la marche

## En Baie de Somme

**Mardi 8 octobre 2019 à 9h30**

**Accueil café dès 9h30, Rue de la Maye  
80550 - Le Crotoy - St Firmin les Crotoy**

**Participation gratuite**



**Collation plaisir et santé  
aux couleurs locales offerte !**



**9h30 - 10h**

**Accueil café  
éveil musculaire**



**10h - 12h**

**Marche encadrée**

Balade guidée pour découvrir le fonctionnement de l'estuaire avec ses marées, sa flore, sa faune, sans oublier les activités économiques et traditionnelles qui s'y rattachent.



**12h - 12h30**

**Stands prévention  
santé et collation**



**Prévoir une tenue  
de marche adaptée  
et une bouteille d'eau**

**Renseignements  
et inscriptions**

**auprès de**

**Défi Autonomie Seniors :**

**03 22 82 62 23**



*LA SEMAINE BLEUE*



**défi**  
autonomie seniors  
Bien vieillir en Hauts-de-France