



SOUTIENS TA SANTÉ#5

SALON DU BIEN-ÊTRE & SPORT SANTÉ

AMBARÈS-ET-LAGRAVE



SAM.

10H-17H

7/OCT.

ENTRÉE LIBRE - OUVERTURE DU SALON À PARTIR DE 11H

PETITE RESTAURATION SUR PLACE

PÔLE CULTUREL EVASION

**THÉRAPIES DOUCES
MASSAGES
SPORT-SANTÉ**



ATELIERS
*** MARCHES ROSES**
PRÉVENTION CANCER

10H

Présentation du dispositif «Sport-Santé» par AS Ambarès
Petit déjeuner recommandé par une nutritionniste - Pôle culturel Evasion

11H-12H30

Baptême de plongée par la section plongée AS Ambarès
Piscine municipale Alain Bernard

DIM.

15 OCT.

9H

*** Marches roses de 5 et 10km :**
RDV place de la Victoire (devant la Mairie)



PÔLE CULTUREL EVASION - PLACE DE LA RÉPUBLIQUE - 33440 AMBARÈS & LAGRAVE
RENSEIGNEMENTS : 05 56 77 34 70

SOUTIENS TA SANTÉ #5

SALON DU BIEN-ÊTRE & SPORT SANTÉ

10H : Présentation du dispositif
«Sport-Santé» par AS Ambarès
*Petit déjeuner recommandé par une
nutritionniste - Pôle culturel Evasion*

Ouverture du salon bien-être/sport-santé
de 11H à 17H au Pôle culturel Evasion

STANDS D'INFORMATION

- Nutrition
- Hypnothérapie
- Lithothérapie
- Musicothérapie
- Naturopathie
- Feng Shui
- Géobiologie
- Sylvothérapie
- Thérapie somato émotionnelle
- Sophrologie
- Maison des praticiens
- Acupuncture
- Sport-Santé avec AS Ambares
- Librairie du contretemps de Bègles
- Stand Vélo électriques

ATELIERS - sur inscription le jour même

- Hypnothérapie
- Hypnothérapie chamanique
- Musicothérapie
- Découverte Chamanique

SAM.
7/OCT.

10H-17H

PÔLE CULTUREL EVASION



- Naturopathie
- Pilates
- Yoga Gasquet
- Qi gong
- Yoga ASA
- Atelier vocal Lorette Juret
- Atelier Bodysong
- Lecture à la demande
- Ateliers sport santé AS Ambarès

PISCINE MUNICIPALE ALAIN BERNARD

11-12H30 : Baptême de plongée par la
section plongée AS Ambarès
*Adultes/enfants + de 8ans, max. 10 enfants
sur l'ensemble des baptêmes
Contre-indications : rhume, asthme, épilepsie
Sur inscription auprès de la piscine municipale
Alain Bernard : 05 56 77 34 68*

ESPACE MASSAGE

Sur inscription le jour-même en fonction
des places disponibles

17H - BATTLE DE DESSIN

par la compagnie « Il était une fois »
Sur inscription auprès de la bibliothèque
François Mitterrand : 05 57 80 15 20

DIM.15 OCTOBRE : MARCHES ROSES

Parcours 5 & 10 km - RDV 9H devant la
Mairie