



## Communiqué de Presse

### 4<sup>ème</sup> édition de SENTEZ-VOUS SPORT !

Samedi **21 septembre 2013** de **10h à 17h30** Esplanade Kennedy à **Cagnes-sur-Mer**.



Pour la 4<sup>ème</sup> année consécutive, le **Comité Départemental Olympique et Sportif des Alpes-Maritimes (CDOS 06)** organise la manifestation **SENTEZ-VOUS SPORT**. Cet événement national, labellisé par le CNOSF, se déroulera le samedi 21 septembre 2013, de 10h à 17h30, Esplanade Kennedy à Cagnes-sur-Mer.

Tout au long de cette journée **ouverte à tous les publics**, les enfants, les adultes et les seniors pourront s'initier et pratiquer **gratuitement** des activités sportives en respectant le niveau de chacun.

Au-delà de ces ateliers encadrés par des professionnels, plusieurs espaces seront dédiés à la santé pour expliquer les nombreux bénéfices d'une activité sportive régulière.

**Célébrer le sport pour se sentir mieux dans sa tête et dans son corps**, afin de préserver sa santé, c'est le message que veut faire passer le **CDOS des Alpes-Maritimes** par le biais de manifestations accessibles à tous, comme celle-ci.

#### Le CDOS des Alpes-Maritimes propose le programme suivant :

- Atelier d'équilibre seniors
- Diététique
- Escrime
- Gym
- Marche et marche nordique
- Ostéopathes
- Prévention solaire
- Parcours motricité pour les enfants
- Renforcement musculaire
- Speedball
- Step
- Stretching



Avec la participation des Comités Départementaux : EPMM, EPGV, ESCRIME.

**RENSEIGNEMENTS : CDOS 06 au 04.92.47.62.62**