

UN ÉVÉNEMENT DU DÉPARTEMENT

loire-atlantique.fr/rencontre-sport-seniors-mesanger

Loire
Atlantique

Participez à la rencontre sport-santé seniors

**Ateliers sportifs et santé/bien-être proposés
aux 60 ans et plus**

■ **Mardi 29 septembre 2026 de 8h30 à 17h15**

Complexe sportif du Pont Cornouaille, 250 rue Cornouaille à Mésanger

Nos partenaires : commune de Mésanger, la communauté de communes du Pays d'Ancenis, le Clic du pays d'Ancenis, la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé d'Ancenis et les professionnel·les de la santé (kinésithérapeutes, podologues, médecins, diététiciens...), l'association tennis de table Mésanger, l'association Mésanger football, Mouv'Loire, Annick Humeau pour le bungee pump.



Loire
Atlantique

DÉPARTEMENT DE LOIRE-ATLANTIQUE

Délégation d'Ancenis
118 rue du Maréchal Foch
CS 50166
44155 Ancenis-Saint-Géréon
Tél : 02 44 42 12 00

Conception : Département de Loire-Atlantique
Crédit photo : AlenaPaulus - iStockphoto / Christiane Blanchard
Impression : Département de Loire-Atlantique
Juin 2026



Vous voulez découvrir un moyen facile et ludique pour rester en forme après 60 ans ?

Le Département, en partenariat avec la Commune de Mésanger, la Communauté de communes du Pays d'Ancenis, la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé d'Ancenis et le CLIC du Pays d'Ancenis, vous invite à participer à une journée d'information et de sensibilisation aux bienfaits du sport et de l'activité physique sur la santé des seniors.

Au programme

- 8h30 – 9h00 :** accueil et présentation de la journée
- 9h20 – 9h30 :** échauffement collectif
- 9h35 – 12h35 :** ateliers sport et santé
- 12h40 – 14h00 :** pause déjeuner (repas offert par l'organisation)
- 14h10 – 15h40 :** ateliers sport et santé
- 15h50 – 16h20 :** activité en grand groupe
- 16h30 – 17h :** temps de convivialité
- 17h15 :** fin de la rencontre et départ des cars

Activités proposées sur la journée

Activités physiques et sportives adaptées : tennis de table, foot en marchant, zumba, bungy pump, prévention des chutes, vélo, atelier mémoire.

Activité santé : kinésithérapie, gestes de premiers secours, podologie, pédicure, périnéo.



■ **Inscriptions à partir du lundi 29 juin 2026**
sur loire-atlantique.fr/rencontre-sport-seniors-mesanger

■ Informations complémentaires et aide à l'inscription :

Agathe Desmars : 06 86 45 83 06
agathe.desmars@loire-atlantique.fr

À noter

- Lors de votre inscription en ligne, vous pourrez préciser :
- si vous souhaitez bénéficier du transport en car,
 - si vous participez au déjeuner offert par les organisateurs.