

20
TERRE
DE JEUX
24

DU 15 MAI AU 29 JUILLET 2024



Bougez!

C'EST L'ÉTÉ



10 = 20€
SÉANCES

www.fftri.com

www.fftri.com/pratiquer/debuter/bougez/



GRANDE COURSE NATIONALE
BOUGEZ!
CHAQUE JOUR


FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON
EN ASSOCIATION AVEC



Bougez! - C'EST L'ÉTÉ

Vous souhaitez reprendre une activité sportive et vous remettre en forme ?

La F.F.TRI. vous propose une opération de rentrée inédite !
Profitez de 10 séances* de remise en forme et découverte des activités enchaînées pour 20€ dans l'un des clubs F.F.TRI. participants à l'opération.

UN ÉTÉ *actif*

De nombreux clubs, répartis sur l'ensemble du territoire, vous proposent de **reprendre le sport en toute sérénité grâce à des séances adaptées !**

AU PROGRAMME

De nombreuses activités de découverte comme le VTT, la marche d'orientation, la marche nordique ou le bike and run ainsi que du renforcement musculaire, gainage, stretching...**

Dans un esprit convivial, chaque club vous proposera un programme spécifique pour vous donner l'envie et l'énergie de reprendre une pratique sportive régulière et de repartir du bon pied !

L'opération « Bougez ! C'est l'été » entre mai et juillet 2024 sur des créneaux définis.

Contactez le club le plus proche de chez vous, **grâce à notre carte interactive**, afin de connaître son planning de séances.

*Certificat médical non obligatoire mais conseillé.

**Liste non exhaustive et non contractuelle.