

CROSS SOLIDAIRE & ateliers Santé

LE JEUDI 9
AVRIL 2026

HIPPODROME
DE MARVILLE
8H-12H

20 MIN DE
COURSE
OBJECTIF: MAX
DE TOURS
POSSIBLES

« COURIR
ENSEMBLE,
APPRENDRE LES
BONS REFLEXES. »

CROSS SOLIDAIRE



TOUTES LES
CLASSES DE
LA 6EME A LA
3EME

NUTRITION

SAVOIR
ADAPTER SON
ALIMENTATION
SELON NOS
BESOINS



GESTION DU STRESS



GÉRER SON
STRESS POUR
POUVOIR
PERFORMER
SEREINEMENT

1ERS SECOURS



POUVOIR AGIR
POUR AIDER
LES AUTRES

UNE CAUSE NOBLE POUR SOUTENIR DES ASSOCIATIONS



CROSS SOLIDAIRE & ateliers Santé

NOM : CLASSE :

PRÉNOM :

TOURS :



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

CROSS SOLIDAIRE & ateliers Santé

NOM : CLASSE :

PRÉNOM :

TOURS :



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20