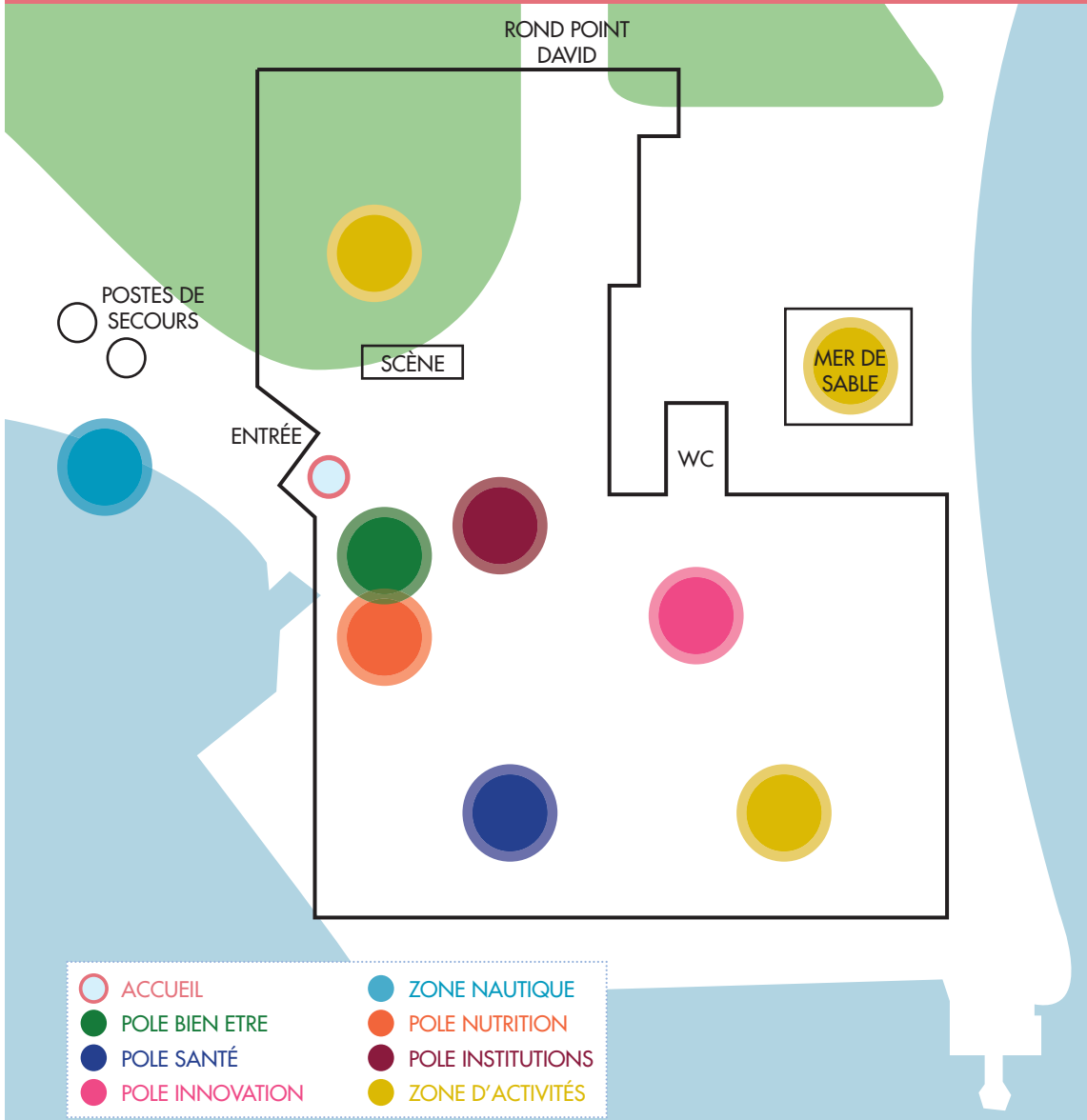




# Plan du Village



**PLAGES PRADOSUD**  
**21 & 22 JUIN**  
 DE 9H À 18H30 DE 10H À 18H

**GRATUIT POUR TOUS**  
 SITE ET ACTIVITÉS ADAPTÉS AUX PMR

PARCOURS SANTÉ - ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES - VILLAGE D'INFORMATIONS



## Le village partenaires

Ouvert toute la journée et entièrement gratuit !  
Inscriptions directement au village.

Il sera constitué de 7 pôles thématiques à destination du grand public et des professionnels.

### POLE BIEN ETRE

Sophrologie, Tai Chi, réflexologie, Do In, parcours psychomoteur, Ostéopathie...

### POLE SPORT SANTE

Possibilité de faire un bilan médico-sportif pour trouver une activité physique adaptée à chacun.

### POLE INNOVATION

Dédié aux start-ups et chercheurs du domaine du Sport Santé

### ZONE NAUTIQUE

Kayak, Paddle, Planche à voile, baptêmes de plongée et Bateau Pythéas.

### POLE NUTRITION

Ateliers eau, origine des aliments, saisonnalité, bienfaits des petits déjeuners et des Goûters, animation Vélo Smoothie.

### POLE INSTITUTIONS

Présentation du Sport Santé par les différents services publics.

### ZONE D'ACTIVITES

- Initiations sportives : Escalade, Parcours acrobatique, Xtrem wall, BMX, Slackline, Rugby, Carabine sonore, Handi Basket  
- Ateliers ludiques : Stand d'éveil pour enfants, tests d'évaluation physique, Formation aux gestes de premiers secours, Parcours Pompiers, Initiation marche nordique, Bilan de forme pour enfants

## L'espace scénique

Toute la journée vont s'enchaîner les démonstrations et initiations sportives menées par des coaches.

### LE VENDREDI

10 h fitness baguette  
10 h 30 cardio boxe  
11 h 45 tai chi chuan  
13 h 45 marche nordique  
14 h 30 fitness  
15 h 15 yoga  
16 h gym suédoise  
16 h 45 zumba  
17 h 30 pilates  
18 h 15 flash mob

### LE SAMEDI

10 h marche nordique  
10 h 45 gym autonomie  
11 h 30 gym suédoise  
13 h 45 fitness  
14 h 30 tai chi chuan  
15 h 15 cardio boxe  
16 h pilates  
16 h 45 zumba  
17 h 30 fitness

## Les temps forts

### VENDREDI 21 JUIN

11 h : Conférence de presse  
16 h 30 et 17 h 30 : Longe côte (durée 45min par séance)

### SAMEDI 22 JUIN

10h : Yoga Géant, dans le cadre de la Journée Internationale du Yoga  
14h30 : Tai Chi Géant organisé par AG2R  
14h30, 15h30 et 16h30 : Longe côte (durée 45min par séance)

- Présence de Sébastien RICHARD, Chef étoilé, qui fera des démonstrations pour clôturer de la conférence de presse et au sein du pôle nutrition.

- Présence de Fabien GILOT, Champion Olympique de natation, Président de la commission des athlètes JO 2024.

- Présence de Thierry REY, Champion Olympique de Judo et membre du Conseil Spécial 2024

Toutes les activités proposées sont gratuites.  
Pour l'accueil ou l'inscription de groupes, contactez-nous :  
**[festivalsportsante@marseille.fr](mailto:festivalsportsante@marseille.fr)**  
Venez nombreux !