

10 € DE PARTICIPATION
+ REPAS À PRÉVOIR

LES JEUX *des seniors!*

Edition Olympiade

Participer à notre événement
sport-santé pour les seniors!

JEUDI 18 JUIN 2026 DE 9H À 17H
STADE ROBERT BOBIN
RUE DE PARIS 91070 BONDOUFLE



Scannez moi

Seniors + 60 ans ou ayant besoin d'une activité physique adaptée
Inscription obligatoire avant le 16 juin

Plus d'infos : 07 66 32 58 57 / cm-sante@ufolep91.org

PARKING SUR PLACE - ARRÊT DE BUS LOUIS BOURDET

OLYMPIADE SPORT-SANTÉ & BIEN-ÊTRE



Journée ouverte à tous les seniors
Quel que soit le niveau, l'âge ou la condition physique

OBJECTIFS DE LA JOURNÉE

- Bouger en douceur, à son rythme
- Partager un moment convivial et ludique
- Découvrir des jeux autour de la santé et du bien-être
- Favoriser le lien social et l'esprit d'équipe

- Aucune performance n'est demandée
- Toutes les activités sont adaptées
- Chacun participe selon ses capacités

LE PROGRAMME

9h00 – 9h30

Accueil des participants

10h00 – 12h30



Olympiades Sport-Santé par équipes

Défis ludiques et accessibles à tous, mêlant :

- mouvement et mobilité
- coordination et équilibre
- mémoire et attention
- coopération et entraide



Les activités sont adaptées, réalisables assis ou debout,
et pensées pour que chacun puisse trouver sa place dans l'équipe.

12h30 – 14h00 

Pause déjeuner

Repas non fourni – temps libre et convivial

14h00 – 16h00



Olympiades Bien-Être & Prévention

Jeux collectifs autour de :

- la santé au quotidien
- le bien-être et la gestion du stress
- l'alimentation et les bons réflexes
- des situations utiles de la vie de tous les jours



16h00 – 16h45

Temps festif & remise des récompenses
Moment convivial pour clôturer la journée

17h00

Collation de fin de journée

