

COURSE À PIED ET WALKING

ENTRAÎNEMENTS POUR SENIORS

DATES

Tous les vendredis à 14h
du 25 septembre au 4 décembre 2026.



PARTICIPANT(E)S

Ce programme d'entraînement en commun hebdomadaire, gratuit et réservé aux personnes de 55 ans et plus, dure 11 semaines, soit jusqu'au vendredi 4 décembre 2026. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à la Course de l'Escalade pour participer à ces entraînements. Aucune convocation ne sera envoyée.

Organisation
Sant'e"scalade
Cité Seniors
et Ville de Genève



sant "e" scalade

Illustrations : Maron-S - Graphisme : Course de l'Escalade - Impression : Imprimerie Prestige Graphique

SÉANCES

Après inscription, vous pouvez participer aux séances d'entraînement de votre choix. Les séances auront lieu par tous les temps.
Encadrement assuré par des professionnels du Centre d'expertise du sport, de la santé et de la forme Athletica.

ÉQUIPEMENT

Vêtements et baskets de sport, gourde.

INFOS & INSCRIPTIONS

Inscription sur notre site internet d'ici au 18 septembre 2026 en scannant le QR-code ci-dessous ou en retournant le talon réponse ci-dessous.

Cité Seniors 0800 18 19 20
Sant'e"scalade
Case postale 6479, 1211 Genève 6
info@santescalade.ch
escalade.ch/santescalade
ou scannez le QR-code



À RETOURNER d'ici au 18 septembre 2026 à

Cité Seniors - Rue de Lausanne 62, 1202 Genève

Ceci est une inscription aux entraînements et non pas à la Course de l'Escalade

Nom : Prénom :

Adresse :

NPA-Ville : Téléphone :

Email (si communication par email souhaitée) :

Date de naissance : Signature :

☐ J'ai participé aux entraînements l'an passé.