



Six-Fours-les-Plages

Esplanade de la Frégate

24 Mai 2025



LES STANDS

- Accueil Mairie
- Fédération Française de Cardiologie – Association de Cardiologie de Côte d’Azur et Club Cœur et Santé Ouest Varois
- CHITS Toulon
- Centre d'Enseignement des Soins d'Urgences
- 6 FourSanté
- UFOLEP 83
- CDOS 83
- Sport santé adapté 83
- Maison sport santé Toulon Var Est
- « Les Bâtons du Castellans »
- Beach Volley
- France Adot 83
- Amicale des Donneurs du Sang
- Edwige MEIFFREN/ Audrey PROST
- Question d'Equilibre
- « Lonestar Dance »
- « La Mistralienne »
- Association Léo Lagrange
- Association Entre filles
- CPAM du Var
- «SNJ Hip Hop School»
- « Studio Intemporis »
- « Heat Club »



PROGRAMME DES STANDS

Horaires	Activités	Inscription	Lieu d'activité
MATIN			
10h15	Tai chi chuan	Stand d'accueil	Pelouse
11h00	Bungy Pump	Stand d'accueil	Départ Stand
APRES-MIDI			
14h15	Bungy Pump	Stand d'accueil	Départ Stand
15h30	Brain Ball	Stand d'accueil	Pelouse
15h45	Karaté Santé	Stand d'accueil	Pelouse
JOURNEE			
Continu	Fil rouge	Stand Club Cœur et Santé	Stand CCS
Continu	Tester sa capacité physique	Stand UFOLEP 83	Stand UFOLEP 83
Continu	Prévention / Dépistage HTA	Stand 6FourSanté	Stand 6FourSanté
Continu	Prévention / Dépistage Diabète	Stand 6FourSanté	Stand 6FourSanté
Continu	Prévention / Dépistage Tabac	Stand 6FourSanté	Stand 6FourSanté
Continu	Mesure de l'IMC	Stand 6FourSanté	Stand 6FourSanté
Continu	Massages / Sophrologie	Stand Bien-Être	Thérapeutes
Continu	Réflexologie Plantaire	Stand Bien-Être	Pelouse
Continu	Formations aux gestes qui sauvent	Stand CESU	Stand CESU
Continu	Quiz interactif adultes et enfants	Stand CDOS 83	Stand CDOS 83

PROGRAMME ESTRADE

Horaires	Activités	Lieu
MATIN		
10h00	Mot d'accueil	Estrade
10h15 – 10h45	Démonstration Tai Chi Chuan	
10h30	Marche « Rand'Eco »	Stand Entre Filles
10h45 – 11h15	Initiation aux Gestes qui Sauvent	Estrade
11h15 – 11h30	Démonstration Country	
11h30 – 12h00	Démonstration Zumba	
12h00 – 12h30	Démonstration « Les Bâtons du Castellàs »	Amphithéâtre
12h30 – 13h00	Renforcement musculaire	Estrade
APRES-MIDI		
14h00 – 14h15	Mot d'accueil	Estrade
14h15 – 14h45	Démonstration de Danse Contemporaine	
14h45 – 15h15	Initiation aux Gestes qui Sauvent	
15h15 – 15h30	Présentation des Associations	
15h30 – 15h45	Démonstration Brain ball	
15h45 – 16h00	Démonstration Karaté Santé	
16h15 – 16h30	Démonstration de Danse Hip Hop	
16h30 – 16h45	Présentation des Associations	
16h45 – 17h15	Démonstration de Massage Sonore	
17h15 – 17h30	Présentation des Associations	
17h30 – 18h00	Démonstration Tango Argentin	
18h00	Mot des organisateurs	



PARCOURS POUR LES ENFANTS

1. Initiation au Rugby

2. Jeu de l'Oie

3. Quizz Santé

4. Fil rouge Fédération Française de Cardiologie

5. Gestion du stress

6. Initiation aux Gestes qui Sauvent

