

Pour vous  
Mesdames !

Le CIDFF de l'Ardèche vous propose

Quel sport pour moi ?

# TouteSport!

A Annonay



Promouvoir et accompagner les femmes à la reprise de confiance en soi, l'accès à une activité sportive ou physique, l'accès à l'emploi, la découverte de nouveaux lieux, la mobilité, la gestion du temps...

## Rejoignez le projet TouteSport !

# Programme 2022-2023



au 26.FK

26 Rue Franki Kramer- Annonay

	Jeudi 7 novembre	Jeudi 10 novembre	Jeudi 17 novembre	Jeudi 1er décembre	Jeudi 8 décembre	Jeudi 15 décembre
<b>9h30 -11h</b>		Remise en forme #1	Remise en forme #2	Remise en forme #3	Remise en forme #4	Remise en forme #5
<b>14h-16h</b>	Atelier Sport et Santé	Atelier Confiance en soi	Atelier Droits des femmes	Atelier Egalité	Atelier Les femmes et le sport	Atelier mobilité
	Jeudi 12 janvier	Jeudi 19 janvier	Jeudi 26 janvier	Jeudi 2 février	Jeudi 23 février	Jeudi 2 mars
<b>9h30 -11h</b>	Remise en forme #6	Remise en forme #7	Remise en forme #8	Sport 1.1	Sport 1.2	Sport 1.3
<b>14h -16h</b>	Organisation Projet	Organisation Projet	Atelier mobilité	Organisation Projet	Organisation Projet	Atelier mobilité
	Jeudi 9 mars	Jeudi 16 mars	Jeudi 23 mars	Jeudi 30 mars	Jeudi 6 avril	Jeudi 27 avril
<b>9h30 -11h</b>	Sport 2.1	Sport 2.2	Sport 2.3	Sport 3.1	Sport 3.2	Sport 3.3
<b>14h -16h</b>	Organisation Projet	Atelier mobilité	Atelier Confiance en soi	Atelier mobilité	Atelier compétences	BILAN

**Pour participer :** Inscrivez-vous auprès du CIDFF  
au 04 75 93 31 70 ou [cidff07@cidff07.fr](mailto:cidff07@cidff07.fr)