



squad
easy

BOUGE
TA
SANTÉ

RENDEZ-VOUS LE 23 MARS

Bouge ta santé !

4 SEMAINES POUR BOUGER, DÉCOUVRIR ET SE MOTIVER

Bienvenue dans le challenge "Bouge ta Santé !" Participez au défi connecté de la CPTS de l'Est du Cher : 4 semaines pour bouger plus, relever des défis, répondre à des quiz santé et découvrir les actions locales. En solo ou en équipe, chaque pas compte, à votre rythme. Bouge ta Santé! est aussi un défi collectif et solidaire!

1 tour de la CPTS = 183 km.

Plus nous serons nombreux, plus le nombre de kilomètres augmentera. Objectif : faire le plus de tours possible du territoire, ensemble.

Inscris-toi, invite autour de toi et fais avancer le défi !

