



Découvertes actives en ville Venez bouger avec nous !

- 📍 Sierre
- 📍 Martigny
- 📍 Sion



info@Lrvalais.ch
Tél. 027 322 59 14
www.ligues-rhumatisme.ch/vs

La Ligue valaisanne contre le rhumatisme vous invite à une découverte active en ville.

Par groupes, une physiothérapeute vous fera bouger et une guide vous accompagnera pour décrire les merveilles historiques de la ville.

Vous avez envie de découvrir la ville différemment et profiter de bouger en ville ?

Inscrivez-vous dans un des groupes ci-dessous !

Tenue : Habits confortables et adaptés à la météo, ainsi que des baskets.

Tarifs : Gratuit pour nos membres
CHF 10.- pour les non-membres

Inscription : Participation uniquement sur inscription et dans 1 seul groupe par ville.
Cochez votre choix et renvoyez-nous ce bulletin par courrier, par courriel ou par téléphone.



Lundi 11 mai 2026 Sierre

Lieu: Buffet de la Gare
Sierre

- ☐ groupe 1: 09:00-10:30
☐ groupe 2: 10:30-12:00

Mardi 19 mai 2026 Martigny

Lieu: Rue de l'Hôtel de Ville 1
Martigny

- ☐ groupe 1: 13:30-15:00
☐ groupe 2: 15:00-16:30

Mercredi 03 juin 2026 Sion

Lieu: Place de la Planta 2
Sion

- ☐ groupe 1: 09:00-10:30
☐ groupe 2: 10:30-12:00

Nom : _____ Prénom : _____

Rue : _____

NPA, ville : _____

Tél. : _____ E-mail : _____

Avec l'aimable soutien de :



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis