Evadez vous 2 ● Tests de forme

Mercredi 7 juillet, dès 14 heures

Testez votre forme physique, mercredi 7 juillet ! Grâce au livret développé par le CROS Île-de-France, les tests sport-santé vous permettent d'apprécier votre forme physique de façon ludique et pédagogique selon plusieurs paramètres : **détente**, **force-endurance**, **souplesse**, **vélocité-coordination** et **équilibre**.



À partir de référentiels connus et adaptés en fonction de l'âge et du sexe, vous interprétez vos résultats en autonomie et découvrez ainsi le ou les sports dans lesquels vous êtes le/la plus susceptible de performer grâce à vos points forts.



Coordonnées

Stade jacques Anquetil
30 Rue des Écoles Jean Baudin
78114
magny les hameaux