



## « Journée de la femme » : l'ASPTT Rouen se mobilise !

A l'occasion de la « Journée de la femme », la Fédération Sportive des ASPTT ouvre les portes de 46 de ses clubs en France, à toutes les femmes pour les inviter à découvrir et à s'initier gratuitement à de nombreuses activités sportives. L'ASPTT Rouen sera au rendez vous !

Le sport, bénéfique pour la santé, c'est avant tout dans les clubs, ainsi l'ASPTT Rouen propose le **samedi 01 mars** de 14h30 à 19h une multitude d'activités sur le site du Complexe Sportif Antoine de St Exupéry (Boulevard Gambetta, Rouen).

Les activités seront encadrées par des animateurs diplômés.

**Les enfants sont les bienvenus !**

Des activités multisports seront aussi proposées pour les 3-9 ans sur le même site (salle de motricité) pour que les mamans puissent partager cette journée avec leur enfant.

### A propos de l'ASPTT Rouen :



Club omnisports ouvert à tous, qui vous propose **25 activités** avec des **écoles de sports dès 3 ans**.

Toutes les informations sont disponibles sur le site: [www.rouen.asptt.com](http://www.rouen.asptt.com)  
Venez nous rejoindre !

### A propos de la Fédération sportive des ASPTT:



Avec **195 clubs omnisports** et **150 000 licenciés**, la FSASPTT est une fédération sportive qui compte ! **Figurant parmi les plus grands clubs omnisports de France, ouverts à tous**, les ASPTT proposent plus de 100 disciplines différentes, de la formation (600 écoles de sport) au plus haut niveau international (160 athlètes et 34 équipes de sports collectifs en championnat national).



### Les activités :

- ❖ Cirque
- ❖ Marche nordique
- ❖ Zumba
- ❖ Taï Chi Chuan
- ❖ Tournoi de volley
- ❖ Musculation
- ❖ Jeux collectifs
- ❖ Golf ...

### Contact :

Maud BETHOUART  
Tel. :02 35 12 65 40  
E-mail : [rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**Retrouvez la liste des activités et toutes les informations sur**

**[www.lesportdonnedeselles.asptt.com](http://www.lesportdonnedeselles.asptt.com)**