



**DIMANCHE  
30/08**

**OUVERT  
À TOUS !**

# **ET SI ON SPORTAIT MIEUX ?**

## **JOURNÉE SPORTIVE 2026**

### **HALL OMNISPORTS DE VISÉ**

#### **▶ DES ACTIVITÉS INTÉRIEURES**

Pickleball · Swissball · GymViactive  
Gym · Tai chi · Badminton · Yoga  
éneoSport Fitness Test · Tennis  
de table · Indiaka · Zumba Gold  
Stretching · Danse en ligne

#### **▶ DES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES**

Marche nordique · Marche · Cyclo

#### **HALL OMNISPORTS VISÉ**

Rue de Berneau, 30

Accueil 9h · Activités dès 9h30

#### **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

En ligne [www.eneosport.be/agenda](http://www.eneosport.be/agenda)

04 232 29 98 · [liege@eneosport.be](mailto:liege@eneosport.be)

Entrée + activités · 5 €

Sandwich à réserver · 7 € sur place

**Adeps**  
FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

**éneoSPORT**



*Nous sommes ravis de vous accueillir pour une journée sportive pour toutes et tous, placée sous le signe de l'énergie et de la convivialité.*

*Cette édition s'ouvre aussi aux Battants (personnes qui luttent ou ont lutté contre un cancer) avec un programme adapté et un encadrement spécifique. Entrée et lunch offerts aux Battants.*

## Activités intérieures

|             |                                                           |
|-------------|-----------------------------------------------------------|
| 9h30-10h30  | Pickleball · Swissball · GymViactive                      |
| 10h30-11h30 | Pickleball · Gym · Yoga · Tai chi                         |
| 11h30-12h30 | Pickleball · Badminton · Swissball<br>GymViactive         |
| 13h-14h     | Pickleball · Badminton · Gym · Yoga<br>GymViactive        |
| 14h-15h     | Pickleball · Indiaka · Zumba Gold<br>Stretching · Tai chi |
| 15h-16h     | Pickleball · Indiaka · Stretching<br>Danse en ligne       |

## Activités extérieures

|             |                 |
|-------------|-----------------|
| 9h30-10h30  | Marche nordique |
| 9h30-11h30  | Marche          |
| 10h30-11h30 | Marche nordique |
| 10h30-12h30 | Cyclo           |
| 11h30-12h30 | Marche nordique |
| 13h-14h     | Marche nordique |
| 14h-15h     | Marche nordique |
| 14h-16h     | Marche · Cyclo  |

### Toute la journée :

Tennis de table et Mölkky en libre accès

### énéoSport Fitness Test :

De 10h30 à 11h30 - De 11h30 à 12h30 - De 13h à 14h



### Infos pratiques :

Prévoyez une tenue confortable, des chaussures d'intérieur adaptées ou des chaussettes antidérapantes, une gourde.

Pour l'activité vélo, munissez-vous de votre vélo personnel et de votre gilet fluo. Le port du casque est vivement conseillé.