



**Dimanche 25 juin 2023
Bains de la Motta
Fribourg**



Une journée pleine de rencontre, de défis et de mouvement!

Nous vous invitons à la première journée PluSport régionale. Pour cette édition pilote 2023, Sport Handicap Fribourg soutenu par PluSport Sport Handicap Suisse a décidé de changer de cadre et d'organiser cette manifestation aux Bains de La Motta dans la ville de Fribourg. Afin de profiter au maximum de ce lieu magnifique, de nombreuses activités sont prévues, dont certaines dans l'eau, ce qui fera de cette journée une fête inoubliable du mouvement et de la rencontre entre personnes avec et sans handicap.

Matériel à prendre avec soi

Chaque sportif*ve est chargé de prendre avec soi un maillot de bain ainsi qu'un linge, en plus de ces affaires de sport pour l'extérieur. De plus, si les conditions météorologiques l'exigent, prenez une casquette, des lunettes de soleil ainsi que de la crème solaire.

Repas de midi

Le repas de midi est compris dans les frais d'inscription. Nous prévoyons un repas équilibré, avec un menu végétarien et sans gluten ainsi qu'une bouteille d'eau pour chaque sportif*ve. Une buvette est disponible pour les en-cas.



Programme du dimanche, 25 juin 2023, aux Bains de la Motta à Fribourg

09h30	Début de la manifestation, accueil et échauffement
09h45	Déplacement vers les différents postes
09h55	Début des activités sportives
11h30	Pause
12h00–13h30	Apéro et repas de midi
13h45–15h00	Reprise des activités sportives
15h15	Remise des prix
16h00	Fin de la journée PluSport

Inscription

Veuillez-vous inscrire à l'aide du QR-code ci-dessous



Frais d'inscription

Le montant de 20 CHF par sportif*ve sera à payer à l'entrée du site sportif. Les accompagnants ne sont pas concernés.

Contact

En cas de question, n'hésitez pas à contacter le secrétariat du Sport handicap Fribourg : info@sh-fr.ch



Nous attendons votre inscription jusqu'au 19 mars 2023 !