



LE FESTIVAL DES FEMMES

11 • 12 • 13 SEPTEMBRE 2020

La Parisienne lance des sessions d'entraînement gratuites dans Paris



De mars à août, les participantes de La Parisienne peuvent se retrouver pour des entraînements afin de préparer au mieux la 24^{ème} édition de La Parisienne. Ces sessions sont des véritables moments de convivialité et de partage, avec pour but de se dépasser mais aussi de décompresser.

POURQUOI PARTICIPER ? Les sessions sont variées et permettent d'explorer la diversité du running et de goûter au meilleur du fitness. La Parisienne accompagne les femmes dans l'apprentissage du running, de la marche (l'un des formats de La Parisienne depuis 2019) ou encore du yoga et les encourage dans leur progression.

PLANNING & INSCRIPTIONS

- 8 mars – Run @Vedettes de Paris
- 28 mars – Run + Escape Game @Pop Up Store Mamie Nova
- 18 avril – Yoga @Loft Bellevilloise
- 25 avril – Run @Bois de Boulogne
- 14 mai – Walk @Decathlon Wagram ou Madeleine
- 6 juin – Yoga @Loft Bellevilloise
- 18 juin – Walk @Decathlon Wagram ou Madeleine
- 4 juillet – Run @Vedettes de Paris
- 7 ou 9 juillet – Plogging @Canal St Martin
- 25 juillet – Run @Champ de Mars
- 22 et 23 août – Run + Walk @Decathlon Wagram ou Madeleine + Vedettes de Paris

Inscriptions via ce lien : <https://www.la-parisienne.net/run-fitness/>
Date d'ouverture des inscriptions : 15 jours avant chaque entraînement. Réservés aux inscrites à La Parisienne (hors entraînements spéciaux ouverts à tous).

LA PARISIENNE – 24^{ème} édition THÈME LES ANNEES FOLLES 3 jours de sport, de festival, de musique et de surprises

Vendredi 11 et samedi 12 septembre de 10h à 20h. Dimanche 13 septembre de 8h à 15h

Village situé sur le Champ de Mars.

3 FORMATS DIFFERENTS : Marche de 5km, Course de 7km, Course de 10km



www.la-parisienne.net