

# owdoo

Les mobilités actives

Bienfaits pour tous !



À la retraite  
prendre son temps  
à vélo ou à pied,  
**c'est bon  
pour la  
santé !**



La marche et le vélo, c'est l'élixir de jeunesse pour rester en forme plus longtemps ! Enfilez vos baskets ou grimpez sur votre vélo pour garder un cœur en pleine forme et des muscles en béton.

En prime, ces activités vous sortent de l'isolement et permettent de faire de belles rencontres et c'est bienfait pour vous !



Pour en savoir plus  
sur les mobilités actives :

[www.parcdoubshorloger.fr](http://www.parcdoubshorloger.fr)



owdoo  
Les mobilités actives

\*  
Une marque  
proposée par  
Le Parc naturel  
régional du  
Doubs Horloger

À la retraite  
prendre son temps à vélo ou à pied,

c'est bon  
pour la **santé !**



La marche et le vélo, c'est l'élixir de jeunesse pour rester en forme plus longtemps ! Enfilez vos baskets ou grimpez sur votre vélo pour garder un cœur en pleine forme et des muscles en béton.

En prime, ces activités vous sortent de l'isolement et permettent de faire de belles rencontres et c'est bienfait pour vous !

**owdoo**

Les mobilités actives

Bienfaits pour tous !



Campagne propulsée par  
Le Parc naturel régional  
du Doubs Horloger

[www.parcdoubshorloger.fr](http://www.parcdoubshorloger.fr)



Pour en  
savoir plus :

