



MARCHE NORDIQUE

Cycle de 6 séances qui vous permettra de découvrir une activité, adaptée à tous, mettant en mouvement 90% des muscles et aidant à renforcer le maintien et l'équilibre.

A CHATEL-GUYON

Point de rendez-vous : Mairie

17h00-18h00

Mardi 21 Mai 2024

Mardi 28 Mai 2024

Mardi 4 Juin 2024

Mardi 11 Juin 2024

Mardi 18 Juin 2024

Mardi 25 Juin 2024

Participation
gratuite

Inscription obligatoire pour
l'ensemble des séances
auprès du CLIC au
04 73 33 17 64

Nombre de places limité
Les personnes inscrites s'engagent à venir
et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais
en cas d'annulation exceptionnelle.

Bâtons de marche fournis.

