



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 CONDAT-EN-COMBRAILLES

Point de rendez-vous : Mairie

9h30-10h30

Participation
gratuite

Mercredi 11 Septembre 2024

Mercredi 18 Septembre 2024

Mercredi 25 Septembre 2024

Mercredi 2 Octobre 2024

Mercredi 9 Octobre 2024

Mercredi 16 Octobre 2024

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.

