

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN :

Les séances reprendront le lundi 18 septembre

Elles auront lieu tous les lundis de 19 h 30 à 20 h 30. (Excepté pendant les vacances scolaires)

Rendez-vous à la Salle polyvalente.

Inscriptions sur place.

Un certificat médical de non contre-indication sera demandé aux nouveaux inscrits.

Les anciens licenciés en sont dispensés.

Tarif: 65 € pour la saison, licence UFOLEP, assurance et prêt de matériel compris.

La gymnastique d'entretien s'adresse aux personnes de tous âges.

L'animatrice adapte les exercices au niveau de chacun. (Séance d'essai gratuite possible).

Animatrice: Sylviane CAILLET

Contacts: Sabine Cros 04 73 70 91 73

Dany Pellerin 06 35 16 41 24

PETITES RANDONNÉES PÉDESTRES ACCOMPAGNÉES

A partir du mercredi 20 septembre.

Elles auront lieu tous les mercredis à partir de 9 h.

Rendez-vous devant la boulangerie.

Parcours facile de 5 à 6 km.

Covoiturage pour les parcours extérieurs à la commune.

Responsable : **Sabine Cros 04 73 70 91 73**

Inscription gratuite, assurance personnelle obligatoire.

Possibilité de participer un dimanche par mois de 9 h à 12 h à des randonnées à Egliseneuve près Billom ou à de la marche nordique les samedis matin (renseignements auprès de Sabine Cros 04 73 70 91 73)