

SPORT SANTÉ



**BOUGE
TON CORPS**

MARDI 10H00 > 11H30

sport plaisir partage

Initiation, reprise en douceur d'une activité sportive

Séance encadrée par un professionnel

Tous les mardis d'avril à juin hors périodes de vacances scolaires

En accès libre / ouvert aux adultes

Sur inscription / nombre de place limité

BOUGE TON CORPS : DU SPORT, OUI... MAIS EN DOUCEUR !

Bouge ton corps propose des séances d'activités physiques adaptées et encadrées par un professionnel. Les ateliers ont lieu tous les mardis hors périodes de vacances scolaire. Le programme est susceptible d'être modifié selon les conditions météorologiques.

Prévoir de l'eau et une tenue adaptée en fonction du lieu de l'atelier.

PROGRAMMATION AVRIL → JUIN 2022
mardi de 10h00 à 11h30

**BOUGE
TON CORPS**

5/04

Run and Bike
Body boomers

lieu : E. Jacques Percereau
(Quartier du Chemin Vert)

26/04

Jeux collectifs
lieu : City Stade
(Haut Quartier)

03/05

Mini golf et course
d'orientation

lieu : Petit souper
(St Hilaire-St Florent)

10/05

Parcours rando

lieu : E. Jacques Percereau
(Quartier du Chemin Vert)

17/05

Disc-Golf

lieu : Petit souper
(St Hilaire St Florent)

24/05

Remise en forme ludique

lieu : Stade Offard

31/05

Vélo

lieu : Stade du Clos Coutard
(Haut Quartier)

07/06

Initiation « Balle aux pieds »

lieu : E. Jacques Percereau
(Quartier du Chemin Vert)

14/06

Canoë

lieu : Base Nautique
de Millocheau
9h30 → 13h30 (+pique nique)