



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.

THURET

Point de rendez-vous : Mairie

11h00-12h00

Participation
gratuite

Lundi 5 Mai 2025
Lundi 12 Mai 2025
Lundi 19 Mai 2025
Lundi 26 Mai 2025
Lundi 2 Juin 2025
Lundi 16 Juin 2025

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.

