



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 ENNEZAT

Point de rendez-vous : devant la Mairie

10h00-11h00

Jeudi 3 Avril 2025

Jeudi 17 Avril 2025

Jeudi 15 Mai 2025

Jeudi 12 Juin 2025

Jeudi 26 Juin 2025

Jeudi 3 Juillet 2025

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.

