

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.

MENAT

Point de rendez-vous : devant la Mairie

11h00-12h00

Lundi 18 Mai 2026

Lundi 1er Juin 2026

Lundi 8 Juin 2026

Lundi 15 Juin 2026

Lundi 22 Juin 2026

Lundi 29 Juin 2026

Participation
gratuite

Inscription obligatoire :

- au 04 73 33 17 64
- En ligne sur www.clic-riom.fr

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.