

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.

BEAUREGARD-VENDON

Point de rendez-vous : devant la Mairie

9h30-10h30

Jeudi 26 Mars 2026

Jeudi 9 Avril 2026

Jeudi 23 Avril 2026

Jeudi 7 Mai 2026

Jeudi 21 Mai 2026

Jeudi 4 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.