



Marche Nordique

RANDAN

Cette activité, adaptée à tous, met en mouvement 90% des muscles et aide à renforcer le maintien mais aussi l'équilibre.

Lundi 27/03/2023

Lundi 03/04/2023

Lundi 24/04/2023

Lundi 15/05/2023

Lundi 22/05/2023

Lundi 05/06/2023

10h45-11h45

Point de rendez-vous :
Mairie

Bâtons de marche fournis

Participation gratuite/inscription obligatoire à l'ensemble des séances au CLIC au 04 73 33 17 64.

