



## ACTIVITÉS SPORTIVES

GRATUIT

Du 1<sup>er</sup> Juin au 1<sup>er</sup> Juillet

Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi  
toute la journée et Samedi matin

- 10h-11h : **RÉVEIL MUSCULAIRE** (*muscular awakening*)

RDV au **terrain multisport**  
pour un corps plus  
tonique



- 17h30-18h30 : **STRETCHING YOGA**

RDV au **terrain multisport**  
pour un corps et un  
esprit plus léger





## ACTIVITÉS SPORTIVES

GRATUIT

À partir du 1<sup>er</sup> Juillet

Le Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi,  
Samedi

- 9h-10h : **RÉVEIL MUSCULAIRE**

(Muscular Awakening)

RDV au **terrain multisport**

pour un corps plus tonique



- 10h-11h : **AQUAGYM**

RDV à **la plage**

pour allier plaisir et  
activité sportive



- 18h-19h : **STRETCHING YOGA**

RDV au **terrain multisport**

pour un corps et un esprit  
plus léger

