



## Propose des activités physiques en juillet grâce au soutien financier de la

## Conférence des financeurs (le Département de la Vienne, l'ARS et la CNSA)

**Les séances se dérouleront sur la commune d'Anché 86700**

**Lieu de rendez-vous : Terrain de pétanque**

Les lundis de 9h à 10h15 avec une activité de Marche Nordique Sport- Santé

(Achat de bâtons possible auprès de l'animatrice)

Les mercredis de 9h à 10h15 avec une activité de **Gym Oxygène**

(Renforcement musculaire adapté, travail cardio-respiratoire ...)

5.00

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| V | S | D | L | M | M | J | V | S | D  | L  | M  | M  | J  | V  | S  | D  | L  | M  | M  | J  | V  | S  | D  | L  | M  | M  | J  | V  | S  | D  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

**Pour tout renseignement et inscription : Julie 06.50.08.63.31**