

Nouvelle activité

Marche Nordique Douce

Envie d'une activité
adaptée à sa condition physique?
Préserver son capitale santé?

Venez découvrir le plaisir
de la Marche Nordique
en prenant son temps

Tous les mardi de 14h30 à 16h00 ou 16h30 (sauf vacances scolaires)

Lieu de rendez-vous : Maison de Quartier Robert Manceau
40 rue du Château d'Eau Le Mans

Participation: 2€ par séance.
Adhésion Lsr et Certificat médical obligatoires.

La Marche Nordique douce; alliée de votre santé.

La Marche nordique douce; demeure l'activité physique la plus accessible, progressive et adaptable à chacun.

Pratiquée régulièrement, elle maintient le fonctionnement optimal de l'organisme.

Quelle que soit votre condition physique, vous tirez bénéfice de la Marche Nordique douce.

Pour s'inscrire :

Aux permanences : 12 rue Béranger 7200 Le Mans

Tél : 02.43.87.79.51 ou 06.87.14.09.36

Mail : lsr72@wanadoo.fr

Renseignements :

Henri Chapellière animateur.

Tél : 06.80.75.53.66

Etre adhérent à LSR72 à jour de ses cotisations

