



La Messipontine

Toutes les informations sur le blog :

lamessipontine.over-blog.com

1er semestre 2023

➤ Marche nordique (3 niveaux) :

Lundi à 18 H 30 = marche sportive & dynamique (06 85 86 03 37)

Mercredi à 9 H = marche de 6/7 kms à allure zen (06 75 87 76 48)

Dimanche à 9 H = marche de 10/11 kms (environ 5 kms/h)

Renseignements : 03 22 95 38 45 ou 06 75 87 76 48

Calendrier des marches à consulter sur le blog



➤ **Danse de loisirs en solo** : tous les jeudis soirs à 18 H salle des fêtes (06 70 72 54 50)

➤ **Sophrologie** : mercredi à 18 H 45 - salle du Pré Delacour (06 85 86 03 37)

➤ **Badminton** : mardi 18 H / 20 H - gymnase rue d'Artois Amiens (06 85 86 03 37)

➤ **Portugal** : marches & visites du 18 au 24 septembre 2023 (06 75 87 76 48)



Samedi 3 juin : Veules les Roses



matin :

Charmant village de Normandie. Il compte parmi « Les Plus Beaux Villages de France ».

C'est une commune entre mer et campagne.

La Veules est le plus petit fleuve de France, (1149m)

il propose un parcours verdoyant et fleuri au fil des moulins et des chaumières. Vous découvrirez le cresson cultivé dans sa source

8 H : départ du car parking de la salle des fêtes de Pont de Metz

10 H 30 : visite guidée de Veules

12 H : pique-nique ou repas libre

14 H 30 : visite guidée jardin d'agrément à la Chapelle sur Dun

18 H 30 : arrivée à Pont de Metz

après-midi :

jardin d'agrément : Terre d'Accord

Balade contée dans un jardin de 2 hectares paysagé et orné de sculptures, articulé en 4 thèmes : le Feu, l'Eau, la Terre, le Ciel

Tarif adhérent : 20 € / personne

Non adhérent : 30 € / personne

(transport & 2 visites guidées Veules)

Une question ? 06 75 87 76 48



Nom :

Prénom

S'inscrit pour la sortie du samedi 3 juin 2023 à Veules les Roses

Téléphone :

Mail :

@

Nombre de personnes : X 20€ ou 30€ =

Chèque à l'ordre de la Messipontine

LA MESSIPONTINE 43 allée des marronniers 80480 PONT DE METZ - 03 22 45 50 49 - mail : lamessipontine@sfr.fr