



PROGRAMME SPORT SANTE - DECEMBRE 2020

Marche Nordique adaptée - Activités gymniques d'entretien



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	9h MN Brasles Espace Eyssartiers (SB)	12
14	15	16	17	18	9h MN Stade de foot Etampes(SB)	19
21	22	23	24	JOYEUX NOEL	25	26
28	29	30	31			

MN = Marche nordique **SAMEDI - Gym** = Activités gymniques d'entretien **LUNDI-VENDREDI** Animé par [Sonia BATOG \(SB\)](#) Tel: 06.04.13.86.18

MN jeudi animé par Laurent GRIGNON (LG) Tel : 06.14.36.34.07

(IMPORTANT : Laissez un message la veille de la sortie à l'animateur concerné pour l'informer de votre présence, il pourra aussi vous orienter si vous ne connaissez pas le lieu du rdv)

réfE