



PROGRAMME SPORT SANTE - JANVIER 2021

Marche Nordique adaptée - Activités gymniques d'entretien



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
				Belle Année 2021		
				1	2	3
4	5	6	9h30 MN (M) Cimetière de Chézy (LG)	8	9h MN Essomes Salle des fêtes (SB)	10
11	12	13	9h30 MN (M) Pont d'Azy (LG)	15	9h MN Eglise de Chézy (SB)	17
18	19	20	9h30 MN (M) Essomes Salle des fêtes (LG)	22	9h MN Brasles Espace Eyssartiers (SB)	24
25	26	27	9h30 MN (M) Stade Etampes (LG)	29	9h MN La Chapelle sur Chézy Mairie (SB)	31

MN = Marche nordique SAMEDI - Gym = Activités gymniques d'entretien LUNDI - animé par [Sonia BATOG \(SB\)](mailto:sonia.batog@ambre.fr) 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)

n-êRÊ