



PROGRAMME SPORT SANTE - JUILLET 2021

Marche Nordique adaptée - Activités gymniques d'entretien



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
			9h30 MN (M) Pony d'Azy (LG)		9h MN Eglise de Courbouin (SB)	
			1	2	3	4
5	6	7	9h30 MN (M) Stade Etampes (LG)	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

MN = Marche nordique SAMEDI - Gym = Activités gymniques d'entretien LUNDI - 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)