

Site : Complexe Sportif Jean Lavigne - Avenue du Commandant Gabon 15200 Mauriac

Chers adhérents, vous êtes cordialement invités à participer à cette journée qui se déroulera de la façon suivante :

Accueil de 8h30 à 9h avec petite collation

Début des activités à 9h30

Repas vers 12h30 *

Pot de clôture à 17h avec rafraîchissement

Activ'mémoire : 9h30 - 10h30 et 14h30 - 15h30

Activités Dansées : 9h30 - 11h30 et 14h30 - 16h30

Aquagym : 1ère séance 9h45 ; 2ème 10h45

Gymnastique : 10h30 - 11h30

Yoga : 14h30 - 16h

Cyclo : départ 9h30

VAE : départ 9h30

Marche Nordique : départ 9h30

Randonnée : départ 9h15/9h30 - 8 ou 10 kms

Badminton - Pétanque - Pickleball - Swin golf - Tennis de table - Tir à l'arc - Tests d'évaluation de la condition physique : début 9h30 - toute la journée

Le coût de la journée s'élève à 16€ (prix du traiteur), le CODERS prend en charge le café à l'arrivée avec collation ainsi que le pot de départ.

Vous devez prévoir votre équipement pour chacune des activités que vous allez pratiquer. Le pickleball étant une nouvelle activité, le matériel sera fourni.

Ci-dessous le bulletin d'inscription obligatoire à retourner au club accompagné du règlement par chèque (à l'ordre du CODERS 15) **avant le 4 mai**. Le CODERS n'ayant pas de caisse aucun règlement en espèces ne sera accepté.

L'équipe du CODERS 15

✂.....

Bulletin d'inscription à retourner **impérativement avant le 4 mai à votre club.**

Journée Départementale _ Jeudi 25 mai 2023

Madame et/ou Monsieur,

Club de : **n° de licence** :

Coût de la journée : 16€ x..... personne(s) =€

Chèque à l'ordre du CODERS 15