

Autour des Lacs et des Parcs

Cours collectifs
Plein Air*

Du 13 juillet au 30 août 2026

3 Rendez-vous

6 Créneaux

● **Stade des Marais (Morbier)**

LE JEUDI DE 9H30 À 10H30

MARCHE NORDIQUE INITIATION ET RENFO : 12 PERS MAX

LE JEUDI DE 10H45 À 11H45

MOUV' VACANCES : PRENDS TON TAPIS !

● **Lac de Lamoura**

LE JEUDI DE 17H40 À 18H45

MARCHE NORDIQUE INITIATION ET RENFO : 12 PERS MAX

LE JEUDI DE 19H À 20H

MOUV' VACANCES : PRENDS TON TAPIS !

● **Lac de l'Abbaye**

LE VENDREDI DE 17H40 À 18H45

MARCHE NORDIQUE INITIATION ET RENFO : 12 PERS MAX

LE VENDREDI DE 19H À 20H

MOUV' VACANCES : PRENDS TON TAPIS !

MOUV' VACANCES

Chacun son corps, chacun son rythme :

mobilité-respiration-renforcement-cardio léger
Le tout dans la bonne humeur !

APPORTEZ :

- VOTRE TAPIS,
- BOUTEILLE D'EAU
- ET UNE SERVIETTE

INITIATION MARCHE NORDIQUE

Bâtons de marche nordique prêtés - prévoir
chaussures de marche souples dégageant la
cheville

10 €

PAR PERSONNE
POUR 1 COURS

Nouveauté 2026

**Cet été : c'est
Dans ton jardin***

en solo, en duo ou entre amis

- privatisation
- personnalisation
- cours à domicile

Me contacter

Informations & pré-inscriptions

06 87 34 37 05

garciaedwige@gmail.com

Ils en parlent mieux
que moi :
Lien Google Avis



*Selon météo : me contacter