

Planning du lundi 13 au vendredi 17 juillet 2020



	Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17
M A T I N	<p>Dans le cadre de « Mon Village Vacances »</p> <p>9h30-10h15 Tabata 10h30-11h30 Marche dans l'eau</p> <p>Gratuit, rendez-vous sur la plage au niveau du poste de secours</p>	<p>Dans le cadre de « Mon Village Vacances »</p> <p>9h30-10h15 Gym douce 10h30-11h30 Marche active vive</p> <p>Gratuit, rendez-vous sur la plage au niveau du poste de secours</p>	<p>Animation sportive animée par un coach sportif 10h-11h RDV au Bois Magnier</p>  <p>* Activité payante / Sur inscription</p>	<p>Randonnée à vélo Départ 10h RDV Centre Social Résidence les Chardons Avec son vélo Prévoir son pique-nique le midi</p> 	<p>Dans le cadre de « Mon Village Vacances »</p> <p>9h30-10h15 Cardio training 10h30-11h15 Pilates</p> <p>Gratuit, rendez-vous sur la plage au niveau du poste de secours</p>
A P R E S M I D I		<p>Dans le cadre de « Mon Village Vacances »</p> <p>18h-19h Yoga</p> <p>Renseignements au 0321095000</p>	<p>Préparation et vérification des vélos pour la randonnée 14h-16h RDV au jardin partagé</p> 	<p>Paddle ou canoë à la base nautique de Conchil-Le-Temple</p>  <p>Attention : - Prévoir une tenue de rechange, adaptée</p> <p>* Activité payante / Sur inscription</p>	

*Les activités payantes et sur inscription sont limitées. Renseignements au Centre Social 1 rond point du Marquenterre, résidence les chardons, ☎ 03.21.09.84.67