EN ACCÈS LIBRE ET GRATUIT DU 7 juillet au 29 août

POUR RESTER EN FORME CET ÉTÉ !!

Du 7 juillet au 18 août // Tous les lundis de 8h à 8h45
Séance de gym d'entretien «pour tous» dirigée par un éducateur
Sur les plages du Mourillon (anse Mistral)

POUR BIEN PRÉPARER VOTRE RENTRÉE SPORTIVE !!

Du 25 au 29 août // Des séances quotidiennes vous seront proposées comme suit :

- **De 8h à 8h45 : une séance de gym d'entretien pour tous // Sur les plages du Mourillon (anse Mistral)**
- **de 9h à 10h : séance de « Gym douce » // Gymnase du Port Marchand**
- **De 11h30 à 12h30 : séance de « Gym douce » // Centre Sportif Municipal des Plages**
- **De 12h15 à 13h15 : séance « dynamique » de « Circuit training » // Gymnase du Port Marchand**
- **De 17h30 à 18h15 les lundis, mardis et jeudis : séance de gym pour tous // Sur les plages du Mourillon (anse Mistral)**

Lors de ces rencontres avec les éducateurs vous pourrez prendre tous les renseignements concernant les activités sportives proposées par la Direction des Sports et Loisirs à compter de septembre 2025.

//

Renseignements :
Accueil de la Direction des Sports et des Loisirs - Tél. 04 94 36 33 13
Centre Municipal de Voile - Tél. 04 94 41 16 86