



LUC-LA-PRIMAUBE

Bien-être. « Belle en baskets », le 23 mars avec Sport pour tous

■ Une opération organisée dans le cadre des actions de promotion du sport pour la femme.

L'assemblée générale départementale de Sport pour Tous a eu lieu courant février.

Sport pour Tous compte 33 clubs et 2 291 licenciés dont plus de 220 licenciés au club de Luc-la-Primaube. Le club de Luc-la-Primaube représenté par son président Gérard Caumes s'est vu remettre une récompense en tant que deuxième club départemental après les quatre saisons.

En partenariat avec le Comité départemental Sport Pour Tous de l'Aveyron, Sport Pour Tous Luc-la-Primaube est partenaire d'un événement qui aura lieu le samedi 23 mars de 9 heures à

12 heures à l'Espace Animation de Luc avec une animation « Belle en baskets ».

Cette manifestation est organisée dans le cadre des actions de promotion du sport pour la femme, une opération sur les bienfaits du sport.

Au programme de cette matinée : shaker en rythme avec Sandra Teixeira ; bouger en rythme avec des bouteilles de sable ; hatha yoga avec Marie-Claude Germane, postures (fermeté & souplesse) et bienfaits, yoga nidra avec Marie-Claude Germane, le yoga du sommeil lucide (méditation et relaxation profonde).

Cette action est ouverte à toutes, licenciées ou non-licenciées.

Enfilez vos baskets et rejoignez-nous le samedi 23 mars à 9 heures à la salle d'animation de Luc.



Les adhérentes de Sport pour tous lors d'un cours de fitness.

Participation de 2 € pour les licenciés Sport pour Tous et 4 € pour les non-licenciés (assurance

incluse). Informations animation « Belle en baskets » auprès du Comité Départemental Sports pour Tous Aveyron au 06 08 48 82 01 ou par mail lucie.belle@sportspourtous.org.