



Samedi 9 octobre

Sport

SEMAINE NATIONALE DE LA FORME

À CARNON

Pilates et aquagym de mer avec l'association VAVI, en partenariat avec la Fédération Française Sports Pour Tous.

De 10h à midi plage du Petit-Travers à Carnon. Sur inscription ; 07 77 73 37 22 (Joanna). Gratuit.



Jeudi 7 octobre

Sport

SEMAINE NATIONALE DE LA FORME

- Aquagym. À 12h.
- Fitness. À 13h.

Avec l'association VAVI, en partenariat avec la Fédération française Sports pour tous.

*Au centre de santé et de bien-être
Eau de verveine, 13 cours Gambetta
à Montpellier. Sur inscription :
07 77 73 37 22 (Joanna). Gratuit.*



Vendredi 8 octobre

Sport

SEMAINE NATIONALE DE LA FORME

- Gym seniors. À 9h15 et 10h30 à la salle du DHAGPO, 16 rue Dom-Vaissette.
- Cours de Pilates. À 12h30 au centre de santé et de bien-être Eau de verveine, 13 cours Gambetta.
- Marche cardio avec bâtons fournis. À 15h au parc Méric, 634 rue de Ferran.

Avec l'association VAVI, en partenariat avec la Fédération Française Sports Pour Tous.

À Montpellier. Sur inscription :
07 77 73 37 22 (Joanna). Gratuit.