



## ■ GRAND NÎMES

### Manduel Reprise des cours à Zambrocal

Présidé par Willy Thémyr, le club Zambrocal est accessible à tous et propose toute l'année des séances d'activités adaptées, cardio-box et fitness, gym-douce (Pilates, stretching, fit-ball), renforcement dos abdo-fessiers, maloya krazé, moringue (capoeira réunionnaise) et percussions africaines. Les inscriptions débutent ce samedi 8 septembre, au Forum des associations et les cours reprendront mardi 11 septembre. Affilié à la Fédération française sports pour tous, le club assure la pratique d'activités physiques et

sportives dans la convivialité et le professionnalisme grâce à ses animateurs, ses bénévoles et ses salariés. Renseignements : Willy Thémyr au 06 87 12 56 26, [contact@zambrocal-moring.fr](mailto:contact@zambrocal-moring.fr) et [www.zambrocal-moring.fr](http://www.zambrocal-moring.fr)

#### ● L'HEURE DU CONTE

La prochaine séance de l'Heure du conte aura lieu mercredi 12 septembre, à 15 h 30, à la médiathèque municipale, rue Colbert. Entrée libre dans la limite des places disponibles. À partir de 4 ans. Contact : 04 66 20 79 90.