



Luc-la-Primaube. Rentrée sportive avec Sport pour tous



Échauffement avant le départ marche nordique.

La rentrée sportive de Sport Pour Tous se prépare avec la reprise des cours le mardi 10 septembre. Pour cette nouvelle saison, quelques nouveautés : gym douce, bien-être et stretching, le lundi de 10 à 11 heures à l'Espace Saint-Exupéry à La Primaube et le vendredi de 12 h 30 à 13 h 25, salle de gym à Luc (nouveau).

Renforcement musculaire, le lundi de 20 à 21 heures à l'Espace Saint-Exupéry à La Primaube, le mardi de 20 à 21 heures salle de gym à Luc et le mercredi de 20 à 21 heures, salle de gym à Luc.

Pilates le lundi de 19 à 20 heures à l'Espace Saint-Exupéry à La Primaube (nouveau), le mardi de 18 à 19 heures salle de gym à Luc et le mardi de 19 à 20 heures, salle de gym à Luc. Fitness le jeudi de 17 h 30 à 18 h 30 à l'Espace Saint-Exupéry à La Primaube. Cardio Attack le jeudi de 18 h 45 à 19 h 45 à l'Espace Saint-Exupéry à La Primaube. Marche nordique (groupes détente et confirmé) le mercredi de 18 h 30 à 20 heures (Départ Espace Saint-Exupéry). Les inscriptions auront lieu le samedi 7 septembre de 10 à 18 heures au forum des associations à l'espace Saint-Exupéry. Pour les nouveaux, il est possible de tester les cours avant de s'inscrire du 10 au 20 septembre. La cotisation annuelle donne accès à l'ensemble des cours (65 € pour la gym et 95 € gym + marche nordique).

Plus d'infos sur www.club.sportspourtous.org/luclaprimaube

LaDepeche.fr