



Ploudaniel

Un après-midi d'initiations au sport samedi

L'association Gym club Ploudaniel avec le soutien de la Fédération française sport pour tous (FFSPT), organise, samedi, à partir de 14 h, à l'espace Brocéliande et à la salle Coatdaniel, des ateliers d'activités pour petits et grands. « **L'objectif est de trouver l'activité adaptée qui correspond aux besoins des uns et des autres. Chacun pourra y tester sa forme. En parallèle, les inscriptions pour la nouvelle saison pourront être prises,** déclare Isabelle Bouckaert, présidente du Gym Club.

Au programme de l'après-midi : à 14 h, atelier de gym d'entretien tonique ; à 14 h 45, cardio avec baguettes ; de 15 h à 16 h, initiation au patin. À 15 h 30, gym dansée ; à 16 h 30, dansée enfants ; à 17 h 15, séance Pilates. Trois départs d'initiation à la marche nordique, à 14 h, 15 h 15 et 16 h 30.

Samedi 11 septembre, accès aux ateliers gratuit. Passe sanitaire obligatoire. Contact : au 09 52 68 53 09 ou à gymclubploudaniel@gmail.com