

Stage sport et détente - COC

Du 2 au 6 mars

L'association COC Courdimanche organise un stage de sport et détente du 2 au 6 mars.



Les 5 matinées seront tournées autour de la remise en forme, la santé et le bien-être :

- Parcours santé
- Yoga pour tous
- gym douce
- Atelier équilibre
- Marche

Sur inscription à la matinée, 12 euros, auprès de Aubin :
06.69.99.63.16 ou aubin.dubosclard@gmail.com

Infos pratiques

Infos et inscriptions : 06.69.99.63.16 ou aubin.dubosclard@gmail.com