



LES DIMANCHES MATINS DU SPORT



DATE	ACTIVITÉS PAR CRÉNEAU	
	10h-11h	11h15-12h15
05-juil	Réveil musculaire / Renforcement	Disque Golf
12-juil	Cross fit	Stretching / Relaxation
19-juil	Intervention Orange Bleue : Yoga, pilate Taïchi	
26-juil	Intervention Olymp'sport : Yoga, Pilate, Taïchi	
02-août	Circuit training	Tchouk ball
09-août	Réveil musculaire / Renforcement	Tir à l'arc
16-août	Poul ball	Biathlon adapté
Mise en place de Slackline en autonomie		