

**La gym fait sa rentrée pour les sections :**

**ADULTES**

**Lundi 14 septembre à 20h00  
Mardi 15 septembre à 9h15  
Jeudi 17 septembre à 19h00**

**MARCHE EN  
AUTONOMIE**

**Mercredi 16 septembre :  
A 17H30 (rdv à l'école)**

**PILATES**

**STAGE 1 FOIS PAR MOIS :  
Le 1<sup>er</sup> : Vendredi 02 octobre  
à 18h**

***Les cours se déroulent à la salle polyvalente.  
Vous avez droit à deux séances gratuites.  
Les messieurs sont les bienvenus.  
Inscriptions avant les cours.***

***Consignes sanitaires :***

- Porter un masque dès l'entrée de la salle polyvalente et jusqu'au début du cours ;***
- Mettre du gel hydroalcoolique au début et à la fin du cours ;***
- Respecter les distances (2m) durant les séances ;***

***Nous vous prêterons le matériel contre décharge pour l'année (tapis, haltères, etc...) et noterons les présents à chaque séance.***

***Ne pas jeter sur la voie publique.***