

Programme du mercredi 10 mai 2017

Centre sportif « En Bord »

Activités continues (marche, vélo, course à pied, nordic walking, roller, football, tennis, etc.)

14h00 – 20h00 Tous les participants doivent s'enregistrer au début de l'activité physique puis à la fin de celle-ci

- *(Retour au point de départ et collation)*

Programmes coachés :

14h30 Zumba (*Studio m-corporelle*)

16h30 Salsa (*Studio m-corporelle*)

17h45 Kickboxing (*Studio m-corporelle*)

18h30 Départ de la 1^{ère} session d'*Urban Training* à Gland