Ecrit par Echo du Mardi le 9 juillet 2024

Lac de Monteux, à fond la forme



Ça y est, les séances de Sport au Lac, offertes par l'ASL du Lac de Monteux, reprennent du service pour tout l'été

Ecrit par Echo du Mardi le 9 juillet 2024



Copyright ASL Monteux

Deux Coachs sportives, Julie Noyez et Géraldine Orange proposent un réveil musculaire pilates ou travail cardio adapté, tous les dimanches matin de cet été de 10h à 11h et tous les mercredis matin de 9h à 10h au Lac de Monteux. Les cours s'adressent à tous : familles, enfant, jeunes et seniors, sportifs confirmés, amateurs ou débutants. Chacun est le bienvenu.

Pour participer
C'est gratuit et sans inscription ! Il suffit de se présenter devant les tables de ping-pong, à côté du parc Fitness et du restaurant de la Dune, avec une bouteille d'eau, un tapis, une serviette et une casquette. Julie Noyez assurera les séances du mois de Juillet tandis que Géraldine Orange prendra le relais en Août. Objectif ? Se maintenir en forme, cultiver sa santé et son bien-être. « On vous espère nombreux cette année encore ! » sourient Julie Noyez et Géraldine Orange.

Les infos pratiques
Jusqu'au 25 août 2024. Tous les mercredis de 9h à 10h et tous les dimanches de 10h à 11h. Gratuit sans inscription. Venir avec une bouteille d'eau, un tapis, une serviette, une casquette. Tous niveaux et publics : enfants, jeunes, familles, seniors, débutants. Contact 09 63 50 60 49

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 9 juillet 2024

MH



Sport avec l’Asl du lac de Monteux, Copyright ASL Lac de Monteux

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !