



Association Sports & Loisirs Notre Dame de la Mer

Bonjour à tous

Déjà la rentrée, nous allons donc reprendre nos activités à partir du mardi 12 septembre. Votre association sportive vous présente son programme :

- ✓ Tous les mardis séance de gym douce : au programme danse active, renforcement musculaire, exercices de souplesse...
- ✓ Tous les samedis : multisport pour les enfants à partir de 8 ans sans limite d'âge (nouveau en cours de développement)
- ✓ Un samedi sur deux marche nordique : au programme renforcement musculaire, exercices ludiques et surtout de la bonne humeur....

Information importante, votre association sera présente au forum des associations de Bonnières sur seine le samedi 9 septembre de 9 :00 à 18 :00.

Venez nous rencontrer !!!

Inscriptions et renseignements par mail : sportsetloisirsndlm@gmail.com

Luc Vigneron - 07 72 38 80 69

Le Président

Luc Vigneron