

Maintenez vous en forme avec le CRSMA



Maintenez vous en forme avec le CRSMA

Quelque soit votre âge, le Club des Retraités Sportifs du Mirandais et de l'Astarac vous propose d'allier la santé et la convivialité, en expérimentant à travers les différentes formules proposées des activités sportives, dans le respect de l'ensemble des règles sanitaires en vigueur :

- Gym tonique – mardi de 18h30 à 19h30
- Gym douce – jeudi de 17h00 à 18h00
- Marche nordique – lundi de 17h00 à 18h00 autour du lac de la base de loisirs
- du Swing golf une fois par mois au stade Haouré.

La reprise des activités aura lieu le lundi 13 septembre. La gym tonique et la gym douce auront lieu pendant 15 jours au parc des sports (terrain de rugby).

Adhésion pour l'ensemble des activités : 55 euros/ an. - Prévoir pour les nouvelles adhésions un certificat d'aptitude à la pratique des activités sportives et pour tous un pass sanitaire à présenter à chaque activité.

Plus d'informations et inscriptions: m_pasquier@yahoo.fr / **06 62 85 12 91**