

## Save détente propose des activités bonnes pour la santé

Pour tous les goûts pour tous les âges



Save détente propose des activités bonnes pour la santé

**Save Détente** est une association affiliée à la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FFEPGV), labellisée "Qualité Club Sport Santé".

L'association propose 8 cours par semaine répartis le matin ou en soirée (Pilates, renforcement musculaire, gymnastique douce, zumba, cardio boxing, mobilité et équilibre pour les personnes plus âgées...et Taichi !)

Les cours sont assurés par 5 animateurs diplômés.

À noter que deux cours d'essai sont offerts.

Les tarifs d'adhésion sont maintenus sans augmentation, à savoir pour une personne : 165,50 euros et pour un couple 303,05 euros. Cette adhésion est valable un an, permet l'accès à la totalité des cours et comprend la licence et l'assurance.

Les cours reprendront le **lundi 4 septembre 2023**, à la salle La Ramondère à Lombez.

**Save Détente** est une association dynamique où l'on pratique à la fois sport et convivialité.

**Pour tous renseignements**, contacter Patrick Toribio au 0633302676

**Save Détente** sera présente au **Forum des Associations** à Lombez le samedi 9 septembre de 9h à 13h.

Composition du bureau. Président, Patrick Toribio ; Vice-président, Jean-Claude Ruffier ; Trésorière, Brigitte Lefebvre ; Trésorière adjointe, Évelyne Hoyez ; Secrétaire, Nicole Frayssinet ; Secrétaire adjointe, Fabienne Cabelguenne.