

## Le Club Sportif de la Vallée de la Baïse (CSVb) fait sa rentrée !



Le Club Sportif de la Vallée de la Baïse (CSVb) fait sa rentrée !

**Le Club Sportif de la Vallée de la Baïse (CSVb), affilié à la FFRS, annonce la reprise des séances du club de gym le 15 septembre et la tenue de son videgrenier le dimanche 28 septembre.**

Le Club Sportif de la Vallée de la Baïse (CSVb), affilié à la FFRS, propose :

**3 SEANCES DE GYMNASTIQUE par semaine :**

\*Le lundi de 19h à 20h : gym tonique alliant renforcement musculaire, étirements et relaxation en musique.



\*Le mardi de 10h15 à 11h15 et le mercredi de 19h à 20h : gym zen apportant au corps souplesse, force et contrôle lors d'un atelier tout en lenteur.



\*Le jeudi matin de 9h30 à 10h30 : gym douce pour la motricité, la souplesse, la coordination, l'habileté et le renfort musculaire.



Une première séance est offerte pour découvrir l'une ou l'autre de ces activités dès le lundi 15 septembre. Renseignements au 06 21 26 46 54.

#### DES RANDONNEES PEDESTRES :

Ces marches vous seront proposées certains jeudis et/ou samedis tout au long de l'année.



#### **DES APRES MIDI JEUX :**

Enfin, pour le sport cérébral, l'amusement et la convivialité, le club propose des après-midis « Jeux » une fois par mois dès le vendredi 10 octobre à 14h30.



#### **VIDE GRENIER**

Rendez-vous pour le vide grenier annuel,

**le DIMANCHE 28 SEPTEMBRE dès 7h30 pour les exposants.**

Organisé depuis de nombreuses années, le vide grenier connaît un véritable succès. Vous êtes attendus nombreux, dès 8h pour les visiteurs.

**Inscription et renseignements au 06 19 62 43 32. Buvette sur place et possibilité de restauration.**



**Le CSVB a tenu son assemblée générale ce vendredi 12 septembre.** Dans une ambiance studieuse et attentive, l'élection d'une partie du comité directeur a vu être réélues deux anciennes membres et a accueilli avec plaisir l'arrivée d'une nouvelle élue.

Le Comité Directeur vous attend maintenant pour participer aux nombreuses activités proposées.

