

Semaine Bleue 2022

COUPON DE RÉSERVATION À RETOURNER EN MAIRIE ou par mail à ccas@lapalud.net
AVANT LE 23 SEPTEMBRE 2022

MADAME NOM : PRÉNOM : Date de naissance : /...../...

MONSIEUR NOM : PRÉNOM : Date de naissance : /...../..

Adresse :

Tél :

Mail :

1

MARCHE BLEUE - mardi 04 octobre 2022 (*)

Sur réservation

Départ 13h30 - Espace Julian

MADAME : OUI NON

MONSIEUR : OUI NON

Parcours 4 kms vers le lac des Girardes

Parcours 8 kms autour des lacs

Point de ravitaillement à mi-parcours – Goûter offert à l'arrivée.

En cas d'intempérie – l'activité sera remplacée par un parcours de motricité dans la salle de l'espace Julian.

Dans ce cas, merci de préciser si vous souhaitez adhérer à cette activité :

Parcours de motricité places possiblement limitées (*)

2

ACTIVITE VÉLO - mercredi 05 octobre 2022 (*)

Sur réservation

Départ 13h30 - Espace Culturel

Circuit de 10 km autour des lacs - Retour à l'Espace Culturel vers 15h30 pour un goûter offert.

Casque et gilet recommandés.

En cas d'intempérie – l'activité sera annulée.

MADAME OUI NON / MONSIEUR OUI NON

3

GOÛTER CONCERT – jeudi 06 octobre 2022 (*)

Sur réservation

RDV à 14h30 à l'Espace Julian

Après-midi chantante, dansante, gourmande et conviviale – animée par Katia MARKOSY

MADAME OUI NON / MONSIEUR OUI NON

4

DÉTENTE – ZEN Attitude - samedi 08 octobre 2022 (*)

Sur réservation

RDV de 10h00 à 12h00 - Espace Culturel

Pour une séance de sophrologie et gymnastique douce

MADAME OUI NON / MONSIEUR OUI NON

Signature (s)

LAPALUD LE :

NB : N'hésitez pas à inviter les personnes de votre entourage âgées de 60 ans et plus à s'inscrire à ces activités.

(*) sous réserve des restrictions et consignes sanitaires gouvernementales en vigueur les jours d'activités