

# Programme des activités





N'hésitez pas à nous contacter pour tout complément d'information. Le prix de participation de chaque activité inclut la collation/le repas, **et tout le matériel nécessaire pour l'activité** ou encore l'hébergement.

Novembre 2019

Activités régulières

Les lundis	Les mardis	Les mercredis
<p><b>Badminton</b> Badminton Club de Lausanne - Malley</p> <p><b>15h00 – 16h30</b> (ou 14h30 à SPort'ouverte)</p> 	<p><b>Nature et découverte</b> Découverte de la région, visitez tout en marchant.</p>  <p><b>9h30 – 16h30</b> Rdv à SPort'ouverte</p>	<p><b>Yoga 10h00 à 11h00 Pas de séance le 6 novembre.</b> Initiation pour un bien-être physique et mental, locaux de SPort'ouverte</p>  <p><b>Fitness</b> De 14h à 17H30 Salle de musculation, cardio-training, locaux de SPort'ouverte</p>   <p><b>Voile (Places limitées)</b> De 14h à 17H30 Rdv au port de Vidy. Inscriptions Philippe</p> 
<p>Sans inscription préalable participation : Fr 2.- Pierre 079 217 36 42 ou 021 624 00 64 Séverine 077 441 61 21 Philippe 076 574 00 64</p> <p><b>Accueil et informations sur rdv avec Pierre, pour nous rencontrer et vous informer sur nos activités. Bienvenue à toutes et à tous !</b></p>		

Vendredi 8 novembre	Jeudi 21 novembre
<p><b>Sortie escalade en salle</b></p>  <p>Une journée sécurisée pour les acrobates de la verticalité. Infos et inscriptions, contactez Séverine</p>	<p><b>Sortie randonnée</b></p>  <p>Avant l'arrivée de la neige, profitons de ses beaux paysages d'automne. Infos et inscriptions, contactez Philippe</p>
<p><b>Fr 10.- pique-nique inclus</b></p>	<p><b>Fr 10.- pique-nique inclus</b></p>
<p><b>Inscription obligatoire pour les sorties journées</b></p>	
<p><b>Séverine 077 441 61 21 Philippe 076 574 00 64</b></p>	

Activités spéciales