

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.

Mai 2021

Ce programme peut être modifié chaque semaine au regard de la situation sanitaire. Merci de consulter notre site www.sportouverte.ch

lundi	mardi	Mercredi matin	mercredi après-midi	Activités régulières
<p> Fitness de 10h à 12H30</p> <p> Musculation encadrée par un coach professionnel, locaux de SPort'ouverte</p> <p> Badminton 14h30 – 16h00</p> <p> Club de Lausanne - Malley</p> <p> Inscriptions auprès de Pierre 079 217 36 42</p>	<p>Nature et découverte Découverte de la région, visitez tout en marchant.</p> <p>9h30 – 16h30 Rdv à SPort'ouverte</p> <p></p> <p>Inscriptions auprès de Philippe 076 574 00 64</p>	<p>Yoga Initiation pour un bien-être physique et mental, locaux de SPort'ouverte</p> <p>10h00 – 11h00 à SPort'ouverte</p> <p></p> <p>Inscriptions auprès de Séverine 077 441 61 21</p>	<p>Gym douce/cardio-training de 14h à 16H30 locaux de SPort'ouverte</p> <p> </p> <p>Inscriptions auprès de Séverine 077 441 61 21</p> <p></p> <p>Voile (Places limitées) de 14h à 17H30 Rdv au port de Vidy.</p> <p>Inscriptions auprès de Philippe 076 574 00 64</p>	
<p>Participation : CHF 2.- Séverine 077 441 61 21 Philippe 076 574 00 64 Emmanuel 076 758 74 44 Pierre 079 217 36 42 ou 021 624 00 64</p> <p>Accueil et informations sur rdv avec Pierre, pour nous rencontrer et vous informer sur nos activités. Bienvenue à toutes et à tous !</p>				
Jeudi 6 mai	Jeudi 13 mai	Jeudi 20 mai	Jeudi 27 mai	Activités spéciales
<p>Sortie randonnée</p> <p></p> <p>Rando didactique et grillades party</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Philippe 076 574 00 64</p>	<p>Sortie randonnée</p> <p></p> <p>Un peu plus haut toujours aussi beau</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Emmanuel 076 758 74 44</p>	<p>Sortie escalade</p> <p></p> <p>Le plaisir des falaises en toute sécurité</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Séverine 077 441 61 21</p>	<p>Sortie canoë fondue</p> <p></p> <p>Coup de pagaies ou coup de fourchettes il y en a pour tous les goûts</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Séverine 077 441 61 21</p>	
10 CHF pique-nique inclus	10 CHF pique-nique inclus	10 CHF pique-nique inclus	10 CHF pique-nique inclus	
<p>Inscriptions obligatoires pour le séjour et les sorties journées auprès de Philippe 076 574 00 64/ Séverine 077 441 61 21/ Emmanuel 076 758 74 44.</p>				