
















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.

Juillet 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 ou Emmanuel 076 758 74 44</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 0765740064</p>	<p>Yoga Pas de cours le 28.07</p> <p>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>Voile de 14h à 17H30 Rdv au port de Vidy.</p> <p></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 1 ^{er} et vendredi 2	Vendredi 9 Juillet	Jeudi 22 juillet	Samedi 24 juillet	Activités spéciales
<p>Séjour</p> <p></p> <p>Escalade et randonnée dans un écrin de verdure</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Philippe 076 574 00 64</p>	<p>Sortie dériveur</p> <p></p> <p>Trouver son bonheur avec le dériveur</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Séverine 077 441 61 21</p>	<p>Sortie nautique et détente</p> <p> </p> <p>Activités nautiques et bien être...</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Emmanuel 076 758 74 44</p>	<p>Sortie randonnée cosmojazz</p> <p></p> <p>Randonnée et musique que demander de plus...</p> <p>Infos et inscriptions, contactez Philippe 076 574 00 64</p>	
20 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>				