

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 2023

Merci de consulter notre site www.sportouverte.ch

Accueil et informations sur rdv avec Pierre (079 217 36 42) ou Wong (076 758 74 44) pour nous rencontrer et vous informer sur nos activités.

Bienvenue à toutes et à tous ! **Adresse : ch. des Avelines 4, Lausanne**

Les lundis	Les mardis	Les mercredis matins	Les mercredis après-midi
• Fitness de 10h à 12H30  Locaux de Sport'ouverte • Badminton 14h30 – 16h00  Club de Lausanne-Malley Inscriptions auprès de Pierre 079 217 36 42 ou Wong 076 758 74 44 Participation : 2 CHF	Nature et découverte Découverte de la région, visitez tout en marchant. 9h30 – 16h30 Rdv à Sport'ouverte  Inscriptions auprès de Wong 076 758 74 44 ou Séverine 077 441 61 21 Participation : 2 CHF, pique-nique inclus	Yoga Initiation pour un bien-être physique et mental 10h30 – 11h30 Locaux de Sport'ouverte  Inscriptions auprès de Séverine 077 441 61 21 Participation : 2 CHF	Gym douce/cardio-training 14h à 16H30 Locaux de Sport'ouverte   Inscriptions auprès de Séverine 077 441 61 21 Participation : 2 CHF
Jeudi 16 Novembre Sortie spéléo « À la découverte des fonds terrestres ! » Infos et inscriptions, contactez Séverine 077 441 61 21 ou Wong 076 758 74 44  10 CHF pique-nique inclus		Jeudi 30 novembre Sortie rando fondue Cewtte « Cette fois on y croit ! » Infos et inscriptions, contactez Philippe 076 574 00 64 ou Wong 076 758 74 44  10 CHF pique-nique inclus	

Activités régulières

Activités spéciales

Inscriptions obligatoires pour les sorties journées auprès de Philippe 076 574 00 64/ Séverine 077 441 61 21/ Wong 076 758 74 44