

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, **tout le matériel nécessaire pour l'activité** ou encore l'hébergement. **Ce programme peut être modifié chaque semaine au regard des conditions météo. Merci de consulter notre site www.sportouverte.ch**

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

Bienvenue à toutes et à tous ! Notre adresse : Chemin des Avelines 4, 1004 Lausanne

Activités régulières

lundi	mardi	Mercredi matin	mercredi après-midi
<p>Fitness</p>  <p>10h à 12H30 Locaux de SPort'ouverte Participation : 2CHF</p> <p>Badminton</p>  <p>14h30 – 16h00 Club de Lausanne-Malley Inscriptions auprès de Pierre 079 217 36 42 ou Théo 076 758 74 44 Participation : 2 CHF</p>	<p>Nature et découverte Découverte de la région, visitez tout en marchant</p>  <p>9h30 – 16h30 Rdv à SPort'ouverte Inscriptions auprès de Séverine 077 441 61 21 ou Théo 076 758 74 44 ou Philippe 076 574 00 64 Participation : 2 CHF, pique-nique inclus</p>	<p>Yoga Initiation pour un bien-être physique et mental,</p>  <p>10h30 – 11h30 Locaux SPort'ouverte Participation : 2 CHF</p>	<p>Gym douce/cardio-training</p>  <p>de 14h à 16H30 Locaux de SPort'ouverte Participation : 2 CHF</p>  <p>14h - 17h RDV au port de Vidy Inscriptions auprès de Philippe 076 574 00 64 Participation : 2 CHF</p>
Jeudi 6 juin	Jeudi 20 au dimanche 23 juin 2024		Jeudi 27 juin
<p>Escalade Crochet talon sur une 7b+ ?</p>  <p>Infos et inscriptions, contactez Philippe 076 574 00 64</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>	<p>Séjour dans le Tessin De belles activités aquatiques et sportives dans le Vallemaggia !</p>  <p>Infos et inscriptions, contactez Théo 076 758 74 44</p> <p>40 CHF repas et hébergement inclus</p>		<p>Sortie aquatique Un mix magique (paddle, kayak, planche à voile)</p>  <p>Infos et inscriptions, contactez Séverine 077 441 61 21</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>
<p>Inscriptions obligatoires pour les sorties journées auprès de Philippe 076 574 00 64 – Séverine 077 441 61 21 – Théo 076 758 74 44.</p>			

Activités spéciales