

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 visiter 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 </p> <p> Initiation pour un bien-être physique et mental, </p> <p> 10h30 - 11h30 Locaux SPort'ouverte PAS DE SEANCE LE 7 AOUT Participation : 2 CHF </p> | <p> Gym douce/cardio-training </p> <p> de 14h à 16H30 Locaux de SPort'ouverte Participation : 2 CHF </p> <p> Voile </p> <p> 14h - 17h RDV au port de Vidy PAS DE SEANCES LES 14 et 21 AOUT Inscriptions auprès de Philippe 076 574 00 64 Participation : 2 CHF </p> |
| Vendredi 2 août et samedi 3 août | | Vendredi 16 août | |
| <p> Séjour randonnée </p> <p> Marche dans un décor de montagne et nuit en cabane </p> <p> Infos et inscriptions, contactez Philippe 076 574 00 64 </p> <p> 20 CHF pique-nique inclus </p> | <p> Sortie baptême plongée sous-marine </p> <p> ..Ou comment faire des bulles </p> <p> Infos et inscriptions, contactez Théo 077 076 758 74 44 </p> <p> 10 CHF pique-nique inclus </p> | <p> Jeudi 29 au samedi 31 août </p> <p> Séjour aquatique </p> <p> Entre foil et ski nautique.. Tentative de glisse </p> <p> Infos et inscriptions, contactez Séverine 077 441 61 21 </p> <p> 30 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

