

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**

Actuellement nous ne faisons plus de nouveaux accueils. Si nos activités vous intéressent, merci de prendre contact avec nous à partir de fin août.

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>De 10h à 12H30 Locaux de SPort'ouverte Participation : 2CHF</p> <p>Ping - Pong</p>  <p>14h à 15h30 Vaudoise Arena, 1er étage Participation : 2CHF</p>	<p>Nature et découverte <i>Découverte de la région, visitez tout en marchant</i></p>  <p>9h30 - 16h30 Rdv à SPort'ouverte Inscriptions auprès de Audrey 076 758 74 44 ou Aurélie 076 574 00 64 Participation : 2 CHF, pique-nique inclus</p>	<p>Yoga <i>Initiation pour un bien-être physique et mental,</i></p>  <p>10h30 - 11h30 Locaux SPort'ouverte Inscriptions auprès de Pierre 079 217 36 42 ou Aurélie 076 574 00 64 Participation : 2 CHF</p>	<p>Gym douce/cardio-training/renforcement musculaire</p>  <p>De 14h à 16h30 Locaux de SPort'ouverte Participation : 2 CHF</p>
Jeudi 3 juillet	Jeudi 10 juillet	Jeudi 17 juillet	Jeudi 31 juillet
<p>Sortie randonnée</p>  <p>Rando et baignade, quoi de mieux ? Infos et inscriptions, contactez Audrey 076 758 74 44</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>	<p>Sortie escalade</p>  <p>Venez vous mesurer à la paroi ! Infos et inscriptions, contactez Grégoire 077 441 61 21</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>	<p>Sortie spéléo</p>  <p>On trouve le frais sous-terre Infos et inscriptions, contactez Aurélie 076 574 00 64</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>	<p>Sortie aquatique</p>  <p>On profite de l'été Infos et inscriptions, contactez Aurélie 076 574 00 64</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>

Activités spéciales

