

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 pour les nouveaux bénéficiaires.

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>Badminton</p> <p>14h30 à 16h Badminton Club Lausanne-Malley 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 Samuel 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 6 novembre		Jeudi 20 novembre	
<p>Sortie Rando <i>Venez admirer les couleurs d'automne avec nous</i></p> <p>Infos et inscriptions, contactez Samuel : 076 758 74 44</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>		<p>Sortie Escalade <i>Une jolie sortie en intérieur</i></p> <p>Infos et inscriptions, contactez Grégoire : 077 441 61 21</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>	
		Jeudi 27 novembre	
		<p>Sortie Spéléo <i>T'as déjà visité une grotte ?</i></p> <p>Infos et inscriptions, contactez Aurélie : 076 574 00 64</p> <p>10 CHF pique-nique inclus</p>	

Activités spéciales