









Programme des activités

N'hésitez pas à nous contacter pour tout complément d'information. Le prix de participation de chaque activité inclut le transport, le repas, 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

Si nos activités vous intéressent, merci de prendre contact à partir de fin janvier avec Samuel (076 758 74 44) pour organiser un moment d'accueil.

Activités
régulières

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

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 15 janvier	Jeudi 22 janvier		Jeudi 29 Janvier
<p>Sortie ski de randonnée</p>  <p>Pas besoin de remontées mécaniques Infos et inscriptions, contactez Grégoire 076 574 00 64</p> <p>10 CHF, pique-nique inclus</p>	<p>Sortie ski de piste</p>  <p>Ça va chauffer les cuisses ! Infos et inscriptions, contactez Aurélie 076 574 00 64</p> <p>10 CHF, pique-nique inclus</p>		<p>Sortie ski de piste !! Réservée aux débutant.e.s !!</p>  <p>Viens découvrir les joies de la glisse Infos et inscriptions, contactez Samuel : 076 758 74 44</p> <p>10 CHF, pique-nique inclus</p>

Activités
spéciales

