

Sénior Sport et Santé à Quimper
Saison 2021/2022
Planning des activités

	Gym Séniors	début le 1/11/21 Activ'mémoire	Marche santé	Randonnée	Boules	Marche Nordique	VTC
lundi			15h29				13h30
mardi				Voir le site du club		13h30	
mercredi	16h30 17h30	15h30					
jeudi				13h30 Avec Vitalité Océane	9h		
vendredi	14h30 15h30	13h30	16h29				
Les points de rendez-vous par activité						Avec Vitalité Océane	
Gym de maintien en forme (Séniors) et Activ'mémoire : maison de quartier du Corniguel							
Marche santé : lundi piscine Aquarive, vendredi maison de quartier du Corniguel.							
Randonnée : voir sur https://www.retraite-sportive-quimper.fr/							
Boules et activités ludiques nature : Parc rue des fours à chaux							

En projet à partir de 6 personnes intéressées sous réserve d'un volontaire pour animer :

Marche océane
Jeux d'intérieur
Foot en marchant