

Sénior Sport et Santé à Quimper
Saison 2022/2023
Planning des activités

	GMF	Activ'mémoire	Marche santé	Randonnée	Boules Santé	Marche Nordique	VTC
lundi							13h30
mardi				Voir le site du club		13h30	
mercredi	16h30						
	17h30						
jeudi				14h Avec Vitalité Océane	10h		
vendredi	14h30	13h30	16h44				
	15h30						
Les points de rendez-vous par activité							Avec Vitalité Océane Concarneau
Gym de maintien en forme (GMF) et Activ'mémoire : maison de quartier du Corniguel							
Les mercredis les séances de GMF commenceront à 17h les jours « d'activité jeunesse »							
Marche santé : Au départ des quartiers de Quimper (changement chaque mois)							
Randonnée : voir sur https://www.retraite-sportive-quimper.fr							
Boules et activités ludiques nature : Parc rue des fours à chauds							

Sénior Sport Santé Quimper, Espace Associatif Quimper Cornouaille
Boite aux lettres 111, 1 allée Mgr Jean-René Calloc'h 29000 Quimper
Mail : retraitesportivequimper@gmail.fr
Web : <https://www.retraite-sportive-quimper.fr>

Sénior Sport et Santé à Quimper
Saison 2022/2023
Planning des activités