

JE BOUGE A SOULAINES SUR AUBANCE

(au sud d'Angers, entre Mûrs-Erigné et Brissac Quincé)

Bouger pour sa santé"

le vendredi de 16 h 30 à 17 h 30

Objectif : bouger de manière adaptée à chacun, se faire plaisir, en toute convivialité : cardio, renforcement musculaire, jeux de balle, et autres activités diverses.

Coach sportif : Baptiste Recoing.

Activité en lien avec le comité Sport pour tous 49.



Contact : Christine Lemarié 06 25 33 66 45 ou lemarie.faivet.c@orange.fr



Ou site de l'ACIC : <https://www.sites.google.com/site/assoacic/>