ACTIVITES DU CLUB

◆ Chaque lundi de 10 h à 11 h 15

Gymnastique de maintien en forme.

Animateur : Eric

Lieu : Cosec Saint-Musse, Bd des Armaris 83000 Toulon

◆ Chaque mercredi

Randonnée à la journée moyenne de 15 km et 500 m de dénivelé.

Animateurs : Claudine Daniel et Patrick

◆ Chaque jeudi de 9 h à 11 h

Marche aquatique côtière.

Animateurs : Christine, Claudine et Patrick

Cette activité se pratique sur les plages d'Hyères.

◆ Chaque vendredi (ou mardi) matin

Randonnée à la demi-journée (10km).

Animateurs : Pierre Marie ou Daniel

◆ Le vendredi matin (période estivale)

Aquagym en milieu naturel sur les plages d'Hyères.

Animatrice : Yvette

◆ Chaque mardi matin et samedi matin

Marche nordique (10 km) .

Animateurs : Eric et Pierre Marie

CONTACTS

◆ Gymnastique de maintien en forme

Eric (06 03 39 66 66) : gabaldon83@gmail.com

◆ Randonnée

Claudine (06 13 07 01 97) : claudine.diez@orange.fr

Daniel (06 25 32 11 95) : a.d.clem43@gmail.com

Patrick (06 06 51 88 25) : patrick.perrenot@free.fr

Pierre Marie (06 71 15 25 21) : dandoispm@yahoo.fr

◆ Marche aquatique côtière

Christine (06 62 75 55 33) : christine.tronquoy@orange.fr

Claudine (06 13 07 01 97) : claudine.diez@orange.fr

Patrick (06 06 51 88 25) : patrick.perrenot@free.fr

◆ Aquagym en milieu naturel

Yvette (06 89 09 64 07) : yvette.orsini@wanadoo.fr

◆ Marche nordique

Eric (06 03 39 66 66) : gabaldon83@gmail.com

Pierre Marie (06 71 15 25 21) : dandoispm@yahoo.fr