



**SPORT
SANTÉ**



Journée Mondiale du
BIEN-ÊTRE

SAM. 8 JUIN 2024

Salle des associations de Saint-Coutant

9h - 10h : gym volontaire

10h15 - 11h30 : gym oxygène

**12h : repas bio et local, proposé
par Les condiments de la Doie**

14h - 15h : yoga

15h15 - 16h15 : Qi Gong

16h30 : auto massage

Participez à un ou plusieurs ateliers !
Ateliers animés par des intervenants diplômés.

Participation :

5€ par atelier, 3€ pour les licenciés GV - Saint-Coutant,
8€ par repas

Réservation obligatoire pour les activités et les repas
auprès d'Agnès Bernaudeau au 06 43 87 46 89 avant le 30 mai.

