

Samedi 7 octobre 2023*

Marche dynamique « Tous en Rose »

RDV au parking des Arros

(Si pluie RDV au gymnase : « circuit Rose »
renforcement musculaire/stretching)

Inscription et paiement avant le 05/10/23 au CMCS

Samedi 18 novembre 2023*

« Step'form » au gymnase

Inscription et paiement avant le 16/11/23 au CMCS

C.M.C.S.

(Centre Municipal Culturel et Sportif)

5 rue RP Brottier

33780 Soulac-sur-Mer

05.56.09.82.99

e.beitz@mairie-soulac.fr

l.stocker@mairie-soulac.fr

Samedi 2 décembre 2023*

Body-balance au dojo

Inscription et paiement avant le 30/11/23 au CMCS



Adhérents au CMCS 2023/2024	5€/pers
Non-adhérents au CMCS 2023/2024	8€/pers

Moyens de paiements acceptés : CB, numéraire, ANCV

Pour les séances au gymnase et au dojo,
chaque sportif devra **OBLIGATOIREMENT**
être muni d'une paire de baskets à semelles blanches ou « no-marking » propre.