

*Vous souhaitez débiter ou reprendre une activité physique, reprendre goût à bouger, vouloir vous sentir mieux, alors venez nous rejoindre,*

***Cette activité est faite pour vous..***

*Des séances ludiques et variées vous sont proposées et sont encadrées par un entraîneur diplômé.*

*Les séances sont adaptées à votre niveau et vous prendrez plaisir à pratiquer l'athlé loisir.*

***Au programme, footing, renforcement musculaire, VTT, natation et plein d'autres choses, mais surtout convivialité et bonne humeur.***

contact: [aubert.nathalie68@gmail.com](mailto:aubert.nathalie68@gmail.com)



L'Entente Sports Réunis Colmar Athlétic Club présente :  
Son

# GROUPE ATHLE LOISIRS

Vous souhaitez débiter ou reprendre une activité physique dans un contexte ludique et varié, alors ce groupe est fait pour vous.

Les activités se déroulent tous les vendredis 14h00 à 15h30.

Le lieu des activités sont adaptées en fonction des envies et de la météo: course à pied, renforcement musculaire, natation, VTT.....etc et se déroulent au stade, au parcours Vita, ou aux étangs à Ingersheim.

Encadrement adapté à chacun dans la bonne humeur, alors n'hésitez pas en prendre contact et venez nombreux.

Contact: [aubert.nathalie68@gmail.com](mailto:aubert.nathalie68@gmail.com)

