

Etape du Tour de France Gym Senior 2008 Marmande



Sixième étape de l'année pour le Tour de France Gym Senior 2008.

Il s'arrête en octobre...



Club étape : JLR Marmande, rue Jean Nicot 47200 Marmande

Date : 19 octobre 2008

Accueil : 9H

Programme sportif : début 9H30

Echauffement cardio-vasculaire, renforcement musculaire, ateliers sous forme de parcours avec découverte du trampoline, stretching.

Programme culturel 12H - 14H : repas avec

dégustation des produits locaux

15H - 17H : Thermes (piscine à bulles, jets massants, sauna, jacuzzi, hammam et bain oriental), grande piscine extérieure avec possibilité de cours d'aquagym.

18H : Goûter de l'amitié au club

Tarifs : 30 euros Renseignements : Angéline

Zordan - 06 62 14 44 49/ jlr.marm@wanadoo.fr