



SAINT PALAIS

ANIMATIONS ESTIVALES

..... Gratuit

Offert par la mairie de Saint-Palais-sur-Mer,
en partenariat avec le Comité Olympique et
Sportif de Charente-Maritime.

SPORT BIEN-ETRE

Juillet - Août 2022

Venez nous retrouver tous les matins sur la plage
de la Grande Côte (sauf week-end).

9h30 à 10h30

**HANDFIT
LONGE CÔTE
MARCHE NORDIQUE
GYMNASTIQUE DOUCE
RENFORCEMENT MUSCULAIRE**

**Pensez à amener une bouteille d'eau,
une serviette et une casquette...**

RENSEIGNEMENTS :

Office de tourisme au 05 46 23 22 58



ANIMATIONS SPORT BIEN-ÊTRE

PROGRAMME
JUILLET 2022

4 au 8 juillet

Athlétique Club de Saint -Palais

11 au 15 juillet

Athlétique Club de Saint -Palais

18 au 22 juillet

Athlétique Club de Saint -Palais

25 au 29 juillet

Athlétique Club de Saint -Palais

