

Site : Complexe Sportif Jean Lavigne - Avenue du Commandant Gabon 15200 Mauriac

Chers adhérents, vous êtes cordialement invités à participer à cette journée qui se déroulera de la façon suivante :

**Accueil de 8h30 à 9h** avec petite collation

**Début des activités à 9h30**

Repas vers 12h30 \*

**Pot de clôture à 17h** avec rafraîchissement

**Activ'mémoire** : 9h30 - 10h30 et 14h30 - 15h30

**Activités Dansées** : 9h30 - 11h30 et 14h30 - 16h30

**Aquagym** : 1ère séance 9h45 ; 2ème 10h45

**Gymnastique** : 10h30 - 11h30

**Yoga** : 14h30 - 16h

**Cyclo** : départ 9h30

**VAE** : départ 9h30

**Marche Nordique** : départ 9h30

**Randonnée** : départ 9h15/9h30 - 8 ou 10 kms

**Badminton - Pétanque - Pickleball - Swin golf - Tennis de table - Tir à l'arc - Tests d'évaluation de la condition physique** : début 9h30 - toute la journée

**Le coût de la journée s'élève à 16€** (prix du traiteur), le CODERS prend en charge le café à l'arrivée avec collation ainsi que le pot de départ.

Vous devez prévoir votre équipement pour chacune des activités que vous allez pratiquer. Le pickleball étant une nouvelle activité, le matériel sera fourni.

Ci-dessous le bulletin d'inscription obligatoire à retourner au club accompagné du règlement par chèque (à l'ordre du CODERS 15) **avant le 4 mai**. Le CODERS n'ayant pas de caisse aucun règlement en espèces ne sera accepté.

L'équipe du CODERS 15

✂.....

Bulletin d'inscription à retourner **impérativement avant le 4 mai à votre club.**

**Journée Départementale \_ Jeudi 25 mai 2023**

Madame et/ou Monsieur, .....

Club de : ..... **n° de licence** : .....

Coût de la journée : 16€ x..... personne(s) = .....€

Chèque à l'ordre du CODERS 15