

## Marche ou jeux : au choix !



Marche ou jeux : au choix !

Que l'on soit marcheur, ou simple baladeur du dimanche, seul ou en famille, tout est possible ici. Le trajet vers le parcours de santé, accessible à tous, ne comporte que 4 ou 6 km. Une petite halte est également prévue en route. Nous terminerons peut-être de nuit, suivant l'heure et le choix de la balade, il vaut mieux donc prévoir une lampe frontale ou une torche.

Au retour, après quelques étirements facultatifs (voir photo), une assiette garnie sera la bienvenue.

N'oublions pas les personnes qui ne peuvent ou ne veulent pas marcher : jeux de société, jeux d'adresse et même quilles au maillet leur seront proposés, ainsi que « l'assiette » bien sûr.

Cette solution de repli au foyer sera également proposée si le temps devenait incertain.

**Rendez-vous donc tous dès 19 h 30 à la salle des fêtes de Lannux, le vendredi 10 août.**

Contact : 06 74 04 33 22



Au retour de la marche, après quelques étirements facultatifs Photo archives Lionel Lemaire