

## Initiation au swing golf pour les aînés



Initiation au swing golf pour les aînés

Venez découvrir le swin golf le samedi 15 octobre de 14h à 17h au stade annexe avenue du stade à Mirande.

Proposé par le club des retraités sportifs du Mirandais et de l'Astarac ( CRSMA) cette variante du golf se pratique avec une seule canne ( qui vous sera fournie). Cette activité vous apporte des bienfaits physiques et psychologiques. Accessible à tous, elle permet de s'oxygéner, de se concentrer et de se dépenser.

Un animateur formé et des instructeurs fédéraux encadrent cette animation.

Pour tous renseignements 06 62 85 12 91