



**Le lundi et le mercredi à
18h30 rendez-vous au bar
« Les Terrasses du Lac »**

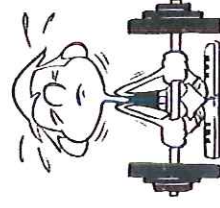
**VEZNEZ GAGNER VOTRE
APERÔ !!!**



Saulxures sur Moselotte



**Programme
animations
ados-adultes**



À la Base de Loisirs du Lac de la Moselotte

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Sports collectifs	Pétanque	Cardio, musculation, stretching	Beach Volley	Koh Lanta
14h à 16h30	Football	Tournois de pétanque (en doublette ou tripiette)	Travail cardio (tour du lac) + travail musculaire sur l'ensemble du corps (abdos-fessiers, cuisses, ceinture scapulaire ...)	Tournois de Beach volley	2 équipes s'affrontent sur divers épreuves physiques

NB : Les activités sont susceptibles de changer en fonction du temps et du nombre de participants