



PORTES OUVERTES À HÉBECOURT



Le Comité des Fêtes organise une journée Portes Ouvertes pour présenter les activités de la rentrée 2024.



Où?

A la salle des fêtes d'Hébecourt

Quand?

Le 1er Juin 2024 :

- de **10h30 à 12h00** mini conférence et pratique de **yoga**
- de **14h00 à 15h30** initiation au **karaté**
- dans **l'après-midi** découverte **fitness, renforcement musculaire**

Qui?

Marie-Pierre → **Karaté**

Lili → **Fitness / Stretching**

Jacky → **Yoga**



Si vous en avez la possibilité merci de ramener un tapis de gym



Bonne journée et à très vite! 😊
Le Comité des Fêtes

Prévisions rentrée 2024 :

Fitness/renforcement musculaire avec Lili :
mercredi : 19h-20h
Stretching
mercredi : 20h-21h

Yoga avec Jacky :
jeudi : - 16h-17h15
- 18h-19h15

Karaté avec Marie- Pierre :
Enfants : - lundi : 18h-19h
Adultes : - lundi : 19h15-20h45
Séniors : - jeudi : 10h-11h30

