

Avec Mano, venez découvrir la Danse Country



Vous aimez la danse ? Vous avez le choix avec Youna, Brigitte et Pierrette...



Si vous préférez la gymnastique, Marie saura vous conseiller la gym douce ou la « gym tonic »...



Avec l'AVF, rejoignez le club de billard de La Baule



Les boules vous attendent, de pétanque cette fois, avec Michel...



Ou bien les rivages de l'océan, accompagnés de Marie et de Jean-François...



Amoureux de la marche, suivez Josette, Marie ou Jean-Guy dans la marche bien-être ou la marche nordique...



Plus sportifs, partez en randonnée avec Jean Michel et Claude

de 7 à 9 kms

ou

de 15 à 18 kms



Suivez Alain sur les routes de la presqu'île...



Ou retrouvez la détente, la méditation en compagnie d'Odile

