



Chers (e) Adhérentes et Adhérents

Nous vous invitons à participer en toute convivialité à notre Pique-Nique annuel

Le SAMEDI 24 juin 2023 selon météo



A l'Espace Animation ou La Grange de la Saussaye

Programme de la Journée

- De 10H30 à 11H30** . Séance découverte de Yoga à l'Espace Animation.
(prévoir son tapis sinon tapis disponible)
- De 11H30 à 12H30** . Séance découverte au Qi Gong & Tai chi proposée par **Laurent**
à l'espace Animation ou à l'extérieur selon météo.
- A partir de 12h30** . Apéritif convivial à la Grange offert par l'Association suivi
d'un Pique-Nique Partage.

L'inscription se fera au moment des cours ou réponse par mail.

Clôture des inscriptions au plus tard **le 10 Juin**
(compte-tenu de l'intendance en vue de la préparation de cet évènement)

Vos conjoints - concubins (e) et enfants sont bien sûr les bienvenus.

* Le yoga club prévoit la fourniture (pain-eau et boissons).

Ne pas oublier son assiette, ses couverts et son verre.

Suggestions préparation de votre panier partage

Plats salés et ou sucrés
Éventuellement : Fromage, vin, fruits