

## Nouvelle activité : Sport en plein air





 **Montereau**  
FAULT-YONNE

**GRATUIT**

**SPORT EN PLEIN AIR**

**EN MAI ET JUIN 2019**  
MARCHE, TRAINING FITNESS & ÉTIREMENTS  
SÉANCES ENCADRÉES PAR DES PROFESSIONNELS

**TOUS LES MARDIS / OUVERT À TOUS**  
RDV au parcours sportif de la Gramine - 9h/10h

**TOUS LES MERCREDIS / ADHÉRENTS AU BEL ÂGE**  
RDV au parcours sportif de la Gramine  
et au parc des Noues - 8h45/9h45

**INFORMATIONS :**  
SERVICE DES SPORTS  
01 64 70 44 41  
[montereau77.fr](http://montereau77.fr)

**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES :**  
SERVICE BEL ÂGE  
01 64 70 44 49

C'est décidé, vous allez reprendre le sport. Oui, mais pas n'importe comment. Motivés, vous

l'êtes ! Reste à trouver la formule qui conviendra. ça tombe bien, la Ville met en place «Sport en plein air», un tout nouveau dispositif dédié à la pratique physique pour tous. Chaque semaine de mai à juin, marche, training, fitness et étirements seront au programme de ces séances gratuites d'une heure encadrées par des professionnels. Tenez-vous prêts !

**Dispositif Gratuit avec :**

**– des séances ouvertes à tous**

**les mardis (9h/10h)**

**Rendez-vous directement au Street Work Out du Parc de la Gramine (Ville Haute)**

**– des séances dédiées aux + de 60 ans**

**les mercredis (8h45/9h45)**

**Parc de la Gramine ou Parc des Noues**

**Inscriptions préalables au Service Municipal du Bel Âge – Certificat médical obligatoire**

**Plus d'infos :**

**Service des sports – Tél. 01 64 70 44 41**