

Hockey en marchant



- **Renforcement musculaire, maintien de souplesse, améliorer son cardio respiratoire, s' amuser en petit groupe.**
- **Du hockey en marchant se joue avec une crosse et une balle, dérivé du hockey sur gazon.**

Où : A Pluguffan, Salle de sport Salvador Allende

Quand : reprise Septembre Vendredi matin 10:30 – 11:30

Qui: Seniors et personnes en Maladie Chroniques

Séance d'essai possible !!

Contacte: 06.32.53.59.87 /
hockeypaysglazik@gmail.com

