

Caroline Freslon propose une « **rando bien-être** » : sortie en marchant ponctuée d'ateliers de renforcement musculaire, de mobilité articulaire et d'étirements doux. Durée 2h30. Adultes à partir de 16 ans. Groupes de 7 personnes minimum, 10 maximum. Tarif : 30 euros la demi-journée. Inscription avant le lundi 20 juillet 17h30. Le jeudi 23 juillet de 9h30 à 12h