



**Bougez,
respirez,
découvrez !**

Journée Plein Air

Venez seul(e), en famille ou
entre amis, et partagez le
plaisir du plein air !
A partir de 18 ans .

**Prévoir pique-nique
tiré du sac**

**Marche Nordique
Randonnée
Nordic Yoga
Bungy Pump ®
Urban training®
Balade découverte de la flore**

Tarif : 5€ par personne
Possibilité de prêt de bâtons



*inscription
obligatoire*



**DIMANCHE 22
MARS 2026
A LAVERNOSE –
LACASSE**

**Rendez-vous à partir
de 8h15 au
Boulodrome, impasse
du château
Renseignements :
05 62 24 19 23**