UFCV
animation territoriale

Temps Libre Partagé

Des rencontres ouvertes à tous !

sports, loisirs, rencontres, échanges, liens, projets, partages, entre aides, sorties

Du sport et des loisirs

Se maintenir en forme à travers différentes pratiques sportives telles la marche, la gym, le renforcement musculaire...



Se rencontrer et créer du lien:

A travers des moments de partage, des auberges espagnoles, des sorties, des défis...



Bénévole : engagez-vous !

S'investir sur nos évènements c'est participer à l'aménagement, à la restauration, sur nos vides greniers, festivals, soirées parentalité, autres projets...



1 PERSON

Les Pratiques sportives

Fargues Saint Hilaire
Domaine de la Frayse 48 avenue de Lignan



- **Lundi 17h30-18h30** différentes activités tout au long de l'année (Stretching, gym douce méthode de Gasquet, Qi Gong , initiation au Roliball et expression corporelle)
- **Mardi 9h30-11h** marche
- **Vendredi 10h30-11h30** étirement, renforcement musculaire

Contact : coralie.blache@ufcv.fr ou par téléphone au 07 57 42 17 34

Tresses
salle ADEMA : 2 Chem. de l'Ancienne Cure



- **Lundi 10h30-11h30** différentes activités tout au long de l'année (Stretching, gym douce méthode de Gasquet, Qi Gong , initiation au Roliball et expression corporelle)

Contact : coralie.blache@ufcv.fr ou par téléphone au 07 57 42 17 34

Camarsac
salle polyvalente 8 chemins des Trams



- **Mardi 10h-11h30** marche
- **Jeudi 10h45-11h45** étirement, renforcement musculaire

Contact : coralie.blache@ufcv.fr ou par téléphone Jérémy Rousselle 06 11 48 37 75

Participation de 30€ à l'année (Gym + marche) ou 12 € pour la marche