



**Découverte et initiation à la marche nordique
proposée par USOMondeville Athlétisme
aux licenciés de la section USOM Gymnastique**



Tarif mondevillais : licence USOM Gym 85.00€ + 30.00€ = 115.00€
Tarif extérieurs : licence USOM Gym 105.00€ + 35.00€ = 140.00€
Bâtons fournis
(La licence Usom Gym ouvre droit aux activités proposées par la section Usom Gymnastique.)

**Stade P. Lafond 1 rue de Büddenstedt
Mondeville
Jeudi : 14h30
Renseignements tel : 06 70 66 88 60**



Découvrez une activité physique douce de bien être, conviviale, accessible à tous et sans traumatisme.
La marche nordique améliore la coordination, stimule la fonction cardiaque, fait travailler l'équilibre, 90% des muscles du corps sont sollicités.

