

Soleil et fin d'année...sportive

Les dispositifs prennent fin, la chaleur arrive, les jours se rallongent...Et oui ça sent les vacances !

- **Pot de fin d'année et été sportif**

Tout d'abord merci à tous d'avoir participé à l'ensemble de nos cours et de nos évènements au cours de cette année. Nous vous invitons à nous retrouver **le lundi 18 juin à 18h30 au gymnase Auguste Delaune** pour échanger autour de nos dispositifs et trouver des axes d'améliorations pour répondre dans l'intérêt général à vos attentes.

Nous vous attendons ensuite sur notre dispositif « **Été sportif** » dont les inscriptions débuteront le samedi 23 juin au matin. Pour garder la forme tout l'été lorsque vous n'êtes pas partis en vacances ou de retour, l'été sportif vous propose des cours midi et soir, des jeux de raquettes ainsi que des créneaux musculation. Des cartes au mois et à la quinzaine vous seront proposées lors de votre inscription. (Voir les informations sur le site www.ivry94.fr rubrique sport - à partir du 20 juin).

- **Garder la forme en vacances**

Si vous n'avez pas l'occasion de venir sur l'été sportif, il reste important de garder la forme et surtout la santé durant cet été.

Les activités de plein air sont idéales en cette période : randonnée, course à pieds, canoë, natation, ..., mais attention à partir bien équipé que ce soit au niveau de la tenue mais également d'un point de vue hydrique ! En cas de forte chaleur et d'activité physique, il est recommandé de boire 1 litre d'eau par heure. Donc prenez vos précautions...

Toute l'équipe Pass'Sport vous souhaite un excellent été !

