

Les Festivités du mois de juin

Nous entrons dans une quinzaine sportive en ce début de mois de Juin qui prendra fin le 17 Juin. Comme la fin de la carte PASS'SPORTS. Les inscriptions pour l'été sportif débiteront donc le samedi 24 Juin à la piscine comme vous en avez l'habitude. (Pensez à faire calculer votre quotient familial en amont). Le dispositif commencera le 3 Juillet.

Rendez vous avec PASS'SPORTS :

- Le samedi 10 Juin de 10h30 à 13h30 au Parc des Cormailles, venez retrouver l'équipe des éducateurs lors des cours en extérieur, 1h45 d'activité puis une petite festoyade autour de boissons diverses et variées et de nombreux mets de qualité

Rendez vous avec la ville:

- Ivry en fête le samedi 24 de 11h à 17h30 et le dimanche 25 Juin de 10h à 18h au parc Jules Coutant. De nombreuses activités physiques, intellectuelles, jeux en tout genre vous seront proposés. Venez partager ce moment festif entre ami(e)s et/ou en famille.



Conseil de vacances :

- ✓ Lors des fortes chaleurs, il est essentiel de boire au moins 1.5 l d'eau pour apporter à notre organisme l'eau dont il a besoin. N'attendez pas d'avoir soif pour boire : la soif intervient lorsque le corps est déjà déshydraté. Que vous soyez au bureau, au travail, dans les transports, au sport, à la plage ayez toujours une bouteille d'eau à portée de main dans votre sac.



RAPPELONS A TOUTES FINS UTILES QUE LE ROSÉ N'HYDRATE PAS, PAS PLUS QU'AUCUN AUTRE ALCOOL.



- ✓ Travaillez votre joli teint de l'intérieur et prolongez votre bronzage grâce : Aux fruits et légumes riches en bêta-carotène, de couleur orange, abricots, mangue, pamplemousse, carotte... et certains légumes verts comme le poivron, les épinards ou le cresson.



L'équipe PASS'SPORTS vous souhaite de bonnes vacances et vous donnent rendez-vous en Septembre pour une nouvelle saison sportive !!!

