

Mise un temps à l'arrêt, l'activité randonnée est de retour au Foyer des Retraités de Lunel à partir du 17 mars prochain.

Le Foyer municipal des Retraités propose aux seniors une multitude d'activités et de rendez-vous pour se rencontrer et partager tout en s'amusant. Depuis quelques années, ce sont les activités de maintien en forme et de pratique sportive qui rencontrent un beau succès auprès de nos aînés.

Danses en ligne, chorégraphie, maintien en forme mais également la randonnée sont au programme des activités qui font bouger nos seniors. Un temps arrêtée, la randonnée fait son retour dès le 17 mars prochain !

Le rendez-vous est fixé tous les jeudis matins de 9 h à 12 h. Encadré par Raphaël, animateur formé par la Fédération Française de la retraite Sportive, les seniors sont invités à suivre des circuits de randonnée sans grandes difficultés. Les participants sont invités à s'inscrire auprès du Foyer qui organise l'activité et coordonne également le co-voiturage. Le départ se fait du Foyer à 8h30 et les participants doivent s'acquitter de la licence FFRS d'un montant de 28 € pour l'année. Les itinéraires proposés sont affichés au Foyer.

Au final, nos retraités réalisent une belle sortie en extérieur : de quoi ravir tous les adeptes allant de la balade conviviale à la marche plus active.

Attention ! La tenue de ce rendez-vous est bien sûr conditionnée par l'évolution du contexte sanitaire. Passe vaccinal, port du masque et distanciation physique en fonction des consignes sanitaires en vigueur

L'ESSENTIEL :

Reprise de l'activité randonnée pour les seniors

Jeudi 17 mars 2022 à 8h30
Au départ du Foyer des Retraités

Inscription auprès du secrétariat du Foyer - S'acquitter de la licence FFRS (28 € pour l'année)

Renseignements : ☎ 04 67 87 83 99 (Foyer) & www.lunel.com

