

Chers membres sportifs de la Multisports,

Comme chaque année, le Comité de la Multisports organise sa journée récréative le **samedi 4 avril 2020**. Elle est ouverte aux membres de la Multisports, leurs conjoints et enfants ainsi que les enfants membres accompagnés de leurs parents. Cette journée va vous permettre de découvrir et participer à différentes activités de l'association Multisports. Au programme :

- 09h00 Marche nordique (RDV sur le parking de l'Espace Culturel et Sportif à 9h00 pour ceux qui n'ont pas de bâtons), départ à 9h15
- 10h00 - 11h00 Qi Gong (salle 100 m<sup>2</sup>)
- 10h00 - 11h00 Gymnastique rythmique (grande salle)
- 11h00 - 11h30 Zumba (grande salle)
- 11h30 - 12h00 Stretching postural (grande salle)
- 12h00 - 12h30 Démonstration d'aéromodélisme (grande salle partie 2/3))
- 12h30 Repas Couscous royal et choux vanille/café/chocolat (grande salle partie 1/3)
- 15h00 - 16h00 Tai Ji Quan et Qi Gong (salle 100 m<sup>2</sup>)
- 15h00 - 18h00 Challenge sportif (badminton, tennis de table, volley) par équipe de 6 minimum, composée sur place
- 16h00 - 17h00 Gymnastique pleine forme (salle 100 m<sup>2</sup> ou à l'extérieur si le temps le permet)
- 18h00 - 18h30 Initiation à l'aéromodélisme (grande salle partie 2/3)
- 18h30 Repas : Buffet froid et glace

La participation aux activités sportives ne nécessite pas de pré-inscription.

Venez nombreux fêter les 40 ans de l'association lors de cette journée sportive pleine de bonne humeur et vivez un concert exceptionnel en soirée avec les groupes pop-rock : Les Revox et Quai Olida !

Le Comité de la Multisports

Participation forfaitaire pour les repas :

- 15,00 € par personne pour un repas (midi ou soir), boissons comprises
- 20,00 € par personne pour deux repas (midi et soir), boissons comprises
- Gratuit pour les moins de 18 ans
- Paiement à joindre lors de l'inscription repas auprès de votre responsable de section. Un ticket repas vous sera remis le samedi 4 avril 2020 par votre responsable de section.

**La date limite de retour pour l'inscription aux repas est fixée au 25 mars 2020**

---

## FÊTE MULTISPORTS DU 4 AVRIL 2020

COUPON-RÉPONSE INSCRIPTION REPAS

NOM : \_\_\_\_\_ PRÉNOM : \_\_\_\_\_

### REPAS DU MIDI (COUSCOUS)

ADULTES, préciser nombre : \_\_\_\_\_ MOINS DE 18 ANS, préciser nombre : \_\_\_\_\_

### REPAS DU SOIR (BUFFET FROID)

ADULTES, préciser nombre : \_\_\_\_\_ MOINS DE 18 ANS, préciser nombre : \_\_\_\_\_