

# Stage

# D-marche



**LCR Beethoven**  
1, place Beethoven  
77185 Lognes  
(sur le rond point)



La marche est une activité physique accessible à tous qui permet d'améliorer sa santé et de renforcer la prévention de certaines maladies.

Au travers de cinq séances, nous vous accompagneront pour augmenter votre nombre de pas au quotidien.

Venez profiter des bienfaits de la marche à pied!

**5€ les cinq séances**

Les mardis ( 1h30 à 2h ) :

5 avril 10h00      12 avril 10h00

3 mai 10h00      10 mai 10h00

17 mai 14h00

**Inscription au CLIC Lagny MLV :**

 01 60 31 52 80 -  [info@clic-lagnymlv.fr](mailto:info@clic-lagnymlv.fr)

[www.clic-lagnymlv.fr](http://www.clic-lagnymlv.fr)