

Programme d'été 2026



Aquagym :

Mercredi, 8, 15, 22 juillet
Vendredi, 10, 17, 24 juillet

Heure : 10:00 - 10:45

Lieu: Piscine Camping les Trois Lacs, Sugiez
Prix: 15.-/cours, inscription jusqu'à la veille



SUP Yogilates :

Dimanche, 28 juin, 10:00 - 11:15
Dimanche, 5 juillet, 10:00 - 11:15
Vendredi, 10 juillet, 18:00 - 20:00 sortie SUP (gratuit)
Mercredi, 15 juillet, 18:15 - 19:30
Mercredi, 22 juillet, 18:15 - 19:30

Lieu : Nant Beach (centre nautique O'Lac)

Prix : 23.-/cours, (location planche sur place possible), inscription jusqu'à la veille.

Gym à la petite plage de Sugiez :



Samedi, 27 juin (gratuit)
Mardi, 14 juillet (Fr. 15.-)
Heure : 9 :00 - 10 :00
Inscription jusqu'à la veille



TRX à l'atelier de Gym :

(Route de la Gare 4, Sugiez)

Mardi, 14 juillet
Heure : 18h30 - 19h30
Prix: 15.-, inscription jusqu'à la veille

Contact, infos et inscription: Karin Walther - 076 335 99 20 - www.karinbewegt.ch

- En cas de mauvaises conditions, les cours SUP et gym à la plage seront annulés au plus tard 75 min. avant le début du cours.
- Les cours aquagym auront lieu par tous les temps.
- Chaque participant/e est tenu/e d'être assuré/e contre les accidents

Je me réjouis de ta participation !