

L'Association Détente Pusey reprend ses activités!

Pour la saison 2013-2014, l'Association Détente Pusey propose ses activités dans les mêmes locaux : la Maison des Associations, rue du Breuil, derrière la Mairie. Deux séances gratuites de découverte avant inscription.

FELDENKRAIS

Lieu : Maison des Associations. 25 séances d'une heure, dont les 18 et 25 septembre, 2, 9 et 11 octobre... le mercredi de 18h30 à 19h30.

Premier cours le mercredi 18 septembre

Ateliers : le samedi 28 septembre de 9h à 12h : *Soutien et mobilité de la colonne*

Le samedi 16 novembre : *Des pieds et chevilles solides et adaptables*

Pour tout renseignement contacter : Bernadette GUILLAUME tél. 03 84 76 49 29

MARCHE du mercredi, environ 12km

Départ à 13h45, parking du stade. Circuits dans les environs de Pusey-Vesoul.

Sorties à la journée 2 fois par mois. Sorties annulées en cas de pluie.

MARCHE du vendredi, plus de 12 km, marcheurs confirmés

Départ à 13h45, parking du stade

Pour tout renseignement contacter : Violette TOUBHANS tél. 06 74 99 4367

MARCHE du vendredi : environ 8km Circuit plus court au rythme moins soutenu.

Départ à 14h derrière la mairie

Pour tout renseignement contacter : Louise et Roger ROLIN tél. 03 84 76 47 82

CYCLOTOURISME : Pratique du Vélo Tout Chemin sous la licence de la Fédération Française de Cyclotourisme

Lieu de départ : devant la Maison des Associations.

Horaire : jeudi 14h groupe entraîné, 50 km environ

Pour tout renseignement contacter : Denis CLERC - tél. 03 84 76 48 13

YOGA

Maison des Associations, durée 1heure 30 par séance

Horaires : mardi 17h15 à 18h45

Premier cours : le mardi 10 septembre

ou jeudi 18h à 19h30

ou vendredi 9h30 à 11h

Pour tout renseignement contacter : Louise ROLIN tél. 03 84 76 47 82

Informations complémentaires

Conférence : *Les bienfaits du yoga* par Françoise Tworek et Patrice Rollin, jeudi 26 septembre à 20h

Théâtre : *Panique au ministère* par les Oranges bleues, le samedi 26 octobre à 20h30

Soirées jeux de société, gratuites et ouvertes à tous. Maison des Associations, à 20h15.

Deux soirées : le vendredi 8 novembre et le vendredi 31 janvier ou 7 février 2014.

Contact : Georgette JOINEAU tél. 03 84 75 77 86

Sortie AMNEVILLE Date : samedi 23 novembre Départ de PUSEY à 6h30

Séance de 3 heures aux thermes (Thermapolis)

Contact : Michel PAGET, président, tél. 03 84 76 44 08 association.detente.pusey70@orange.fr