

## Sortie digestive

Écrit par GRAVIER Anne

Jeudi, 27 Décembre 2018 12:56

---

Pour digérer, éliminer les calories des fêtes, se sentir plus léger...mais surtout pour se retrouver ensemble.... Je vous propose une sortie pour les 2 groupes, de 16.500 km en courant, en vélo ou un peu des deux. Venez nombreux au lac de bel air, rue des cygnes, dimanche 30 décembre à 9h. Les objectifs: papoter, s'aérer et bouger un peu 😊

Pour ceux qui craignent que la sortie soit un peu longue: 2 possibilités: Venir au deuxième point de RDV, au pont de l'Europe côté Sud à 9h20 (sortie de 11km) ou venir au lac à 9h en vélo qu'on pourra laisser au pont de l'Europe.

