

Classes de 4<sup>ème</sup> année/ 4. Klassen  
Journée sportive d'automne/ Herbstsporttag/ 24.09.2019

## 8. Massage et Yoga

Monitrice/ Leiterin :	Paula Rugo-Graber et Hélène Hefti
Responsable/ Verantwortliche :	Laurence Ragonesi
Lieu/ Ort :	Stade St.Léonard et Collège St-Michel
Rendez-vous/ Treffpunkt :	9h00, devant le vestiaire du Stade St.Léonard 9Uhr00, vor den Garderoben des Stadions St.Léonard
Durée/ Dauer :	9h00 – 11h30 Massage (St.Léonard) 13h00 - 15h15 Yoga (Collège St.Michel, Salle 2)
Equipement : Ausrüstung :	Tenue de sport, <b>grand linge de bain</b> Sportbekleidung, <b>grosses Badetuch</b>
Remarques :	<b>Prenez votre tapis de yoga avec si vous en avez un</b> Vestiaires à disposition
Bemerkungen :	<b>Wenn möglich eigene Yogamatte mitnehmen</b> Garderoben stehen zur Verfügung
Nombre de participant-e-s : Anzahl Teilnehmer/innen :	20 participant-e-s 20 Teilnehmer/innen
<b>En cas de mauvais temps : Schlechtwetterprogramm :</b>	<b>Par tous les temps Wie bei schönem Wetter</b>

