

Programme du 14 au 17 juillet Dunkerque 2022

Jeudi

9H30/10H30 Réveil Musculaire

10H30/11H30 Zumba

11H30/19H30 Animations Musicales, jeux et suivi du live des courses sur le podium

15H/16H Capoeira au carré plage

18H30 Zumba au carré plage

18H30 Cérémonie d'ouverture au podium

Vendredi

9H30/10H30 Réveil Musculaire

11H30/19H30 Animations Musicales, jeux et suivi du live des courses sur le podium

14H / 15H : Eveil Kids au carré plage (20 enfants de 3 à 6 ans)

14H/16H30 conférence sclérose en plaque côté carré plage

18H30 : Fit Sport Nature avec Fabrice Aka au carré plage

Samedi

9H30/10H30 Réveil Musculaire

10H30/11H30 Djembel – Musique Africaine et renforcement musculaire au carré plage

10H/ 12H45 initiation paddle

11H30/19h30 Animations Musicales, jeux et suivi du live des courses sur le podium

14H/18H30 initiation Tropic Latino au carré plage

Dimanche

9H30/10H30 Réveil Musculaire

11H30/15H00 Animations Musicales, jeux et suivi du live des courses sur le podium

15H00 remise des prix, palmarès

15H30 (environ) /19H Bal Bretons au carré plage