

*Bonjour à toutes et tous et Bonne année,*

*Bonheur, santé, sport et sérénité ... tout un programme!*

*Je ne sais pas si vous avez reçu ou consulté les informations sur le site de Quimper, mais le programme se dessine petit à petit ... entraînement, courses départementales et régionales voire plus pour les acharnés(ées)!!!*

*Je vous ferais un petit explicatif dans la semaine ou vous le passerai samedi.*

*Pour samedi, afin de reprendre la CO en douceur, une séance Kerampuilh est bienvenue ... après les fêtes.*

*Un peu de sueur et réflexion, au programme :*

*- Tourner petit Moulin...*

*- Jouons avec les mots ou Boggle!*

*- Terminons avec un Biathlon O!!! (Rêvé pas non plus, je ne vais pas vous sortir les carabines ... et encore moins la neige ... quoi que!!!)*

*N'oubliez pas de vous inscrire dans la rubrique inscription du site de Quimper pour impression des cartes --  
> [IC!](#)*

*A samedi, 10h, rendez-vous sur le parking du lycée de Kerampuilh.*

*Séb.*