

Reprise le 2 septembre 2018

Ma licence à l'AON me permet de pratiquer toutes les disciplines proposées par le club...

Et si j'essayais le badminton !

La section Badminton accueille des personnes de tout niveau, femmes et hommes, dès l'âge de 8 ans, jusqu'à 70 ans, voire plus !

Les séances ont lieu le **dimanche matin entre 9h30 et 12h au Gymnase Jean Rostand.**

L'objectif est de permettre à chacun de se dépenser et de progresser dans cette discipline, le tout dans un esprit de fair-play.

Le badminton se pratique en simple ou en double.

C'est un sport qui permet une grande dépense énergétique dans lequel tous les muscles sont mis à contribution. Il renforce la coordination gestuelle et améliore la souplesse.



Le club fournit les volants et prête des raquettes...

Pour de plus amples renseignements : 06 89 13 10 60 – mail : aonivernais@gmail.com -

Site Internet : <http://www.aon-omnisports.fr/>

