

Lourdes, le 11 juillet 2025

Lourdes (65)

Sport et bien-être en plein air : des séances gratuites pour tous

Pour les Estivales, la Ville de Lourdes propose un nouveau rendez-vous axé sur le bien-être, le mouvement et la convivialité. Du 28 juillet au 14 août, les habitants et visiteurs sont invités à participer à des séances gratuites de sport et bien-être, accessibles à tous, quel que soit leur niveau de pratique avec la coach sportive Valéry.



Au programme : stretching, parcours santé et découverte du pilates, dans des cadres naturels au cœur de la ville.

Les séances se déroulent trois fois par semaine, sur différents sites :

- Jardin de l'You : *Parcours santé* les lundis 28 juillet, 4 et 11 août.
- Quai Saint-Jean : *Découverte du pilates* les mardis 29 juillet, 5 et 12 août.
- Lac de Lourdes : *Cours de stretching* les jeudis 31 juillet, 7 et 14 août.

Ces rendez-vous gratuits s'adressent à tout adulte, sportif ou non, désireux de bouger à son rythme, dans une ambiance détendue et bienveillante. Il est simplement demandé d'apporter son tapis de sol.

Informations et inscriptions au 05 62 94 31 51.

Contact presse, demande d'images en 72 ou 300 DPI :
service-communication@ville-lourdes.fr / Tél. : 05 62 42 54 07
Ville de Lourdes – 2, rue de l'Hôtel de Ville - 65100 Lourdes
www.lourdes.fr

Désinscription : service-communication@ville-lourdes.fr