

■ Goûtez l'automne à la Blaiserie

Rendez-vous le dimanche 11 octobre à partir de 14h au centre de la Blaiserie pour « Saveurs d'automne ». La manifestation met les fruits et légumes de saison à l'honneur à travers animations et dégustations, ateliers culinaires, marché de producteurs...

Entrée libre.

■ Un « vide ta chambre » à la Gibauderie

La Maison de la Gibauderie accueille « un vide ta chambre », réservé aux particuliers, dimanche 11 octobre de 8h30 à 17h. L'occasion de chiner ou de vendre vêtements, jouets, matériel de puériculture et livres. Pour les exposants : 2€ la table, inscription à l'accueil de la Maison de la Gibauderie.

Entrée libre.

■ Reprise des activités du club cœur et santé

Le club propose des activités physiques adaptées (gym, marche) dans un esprit de convivialité, accessibles à tous. Les séances ont lieu à 17h30, le lundi au gymnase de Bellejouanne et le jeudi au gymnase de Touffenet.

Certificat médical obligatoire.

club-coeur-et-sante-poitiers.fr

claudine.pecriaux@orange.fr

(06 33 27 86 26)

ou patrice.rabioux@hotmail.fr

(06 07 57 38 89).

■ QiGong au parc de Blossac

Dimanche 25 octobre, de 11h à 13h, rendez-vous au parc de Blossac pour un atelier découverte du QiGong, gymnastique traditionnelle chinoise. Aucune expérience requise. **Rens. au 06 99 74 32 20.**

Tarif : 10€ par personne.

■ Yoga pour tous

L'association Sangha Yoga propose des cours de yoga, dispensés par Jérôme Watigny, professeur diplômé : le jeudi de 18h30 à 20h ou le samedi de 10h à 11h30 au centre socio-culturel des Trois Cités, le mardi de 18h à 19h30 au centre familial des Couronneries. Tarifs au quotient familial, de 30€ à 80€ pour 10 séances. Deux séances d'essai gratuites.

Renseignements au 06 65 34 76 44

jwatigny@gmail.com.