

Le Patio en avance sur l'été



Un concert lors d'une précédente fête du Patio

Ça commence à devenir une habitude de faire la fête au Patio. Quand il fait froid dehors : on fait la fête. Quand les beaux jours arrivent : on fait la fête ! Et devinez quoi : pour la fin mai, qu'est-ce qu'on fait au Patio ? La fête. Et pas n'importe laquelle !

La grande, celle qui rassemble tout le monde et qui dure toute la soirée et un peu plus. Les Saint-Egrévois sont donc invités à retenir leur samedi 20 mai car la date promet d'être riche en événements ! Et parce que l'été approche et

que nombreux sont ceux qui veulent affûter leur physique pour être les rois de la plage, l'événement commence avec une animation métafit dans le skate park. De 16h à 17h l'association MJC met le feu au métabolisme avec cet entraînement sans matériel. Cette discipline aurait été créée par un ancien Royal Marine Commando et elle associe des exercices "poids du corps" traditionnels avec les techniques d'entraînement récentes du HIIT (high intensity interval training) Après avoir relevé le défi, pour soigner les courbatures du public, l'association MJC et le Pôle Jeunesse présentent une sélection de démonstrations et de représentations organisées par les différentes activités proposées tout au long de l'année par les deux structures. Puis, de 18h30 à 21h, place à la "Summer party" au Patio (voir ci-contre). Bien évidemment, pas d'été sans barbecue ! Et, c'est donc l'APASE qui assurera les petits plats de la fête. ■