

Dans le cadre de la charte territoriale de solidarité avec les aînés

Vous avez plus de 60 ans ? Venez découvrir:

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Séance DECOUVERTE GRATUITE ET OUVERTE À TOUS !

**Le 19 Septembre à 14h30,
À la Ferme St POL, la begude de Mazenc**

Vous avez apprécié la séance et souhaitez continuer?

*À partir du 26 septembre 14h,
12 séances de 1h/semaine !*

**Une activité ACCESSIBLE, ADAPTÉE
et BÉNÉFIQUE pour votre santé !**

- Renforcement musculaire
- Souplesse
- Posture
- Équilibre....



Contacts

CAMILLE VIAL - 0698836323

c.vial@objectif-sante-drome.fr

CATHERINE BOEGLIN - 0616168986

boeglin.catherine@ardechedromeloire.msa.fr