

Séniors & Mouvement

Equilibre

Renforcement
Musculaire

Mémoire

Coordination

Lundi 10h45 à 11 h45

à partir du 19 septembre
au Jeu de Paume

Pour les 60 ans et +

exercices avec et autour
d'une chaise, d'un mur,
debout et en marchant
dans la salle.



**Séance
d'essai
gratuite**

**Cécile Tassé
07.61.58.44.52**

Convivialité

epanouirparlemouvement.fr