



Gym Prévention Santé

L'activité physique, c'est bon pour la santé, le bien-être et ça donne le sourire !

Pratiquez grâce à un professionnel une activité physique ludique et adaptée à vos capacités, vos besoins et vos envies dans une ambiance conviviale.

- ▶ Pour maintenir sa forme
- ▶ Pour améliorer sa condition physique
- ▶ Pour conserver son équilibre
- ▶ Pour se détendre, passer un bon moment

Vendredi
9h30 – 10h30

Salle des fêtes
BONS EN CHABLAIS

A partir du **VENDREDI 16 SEPTEMBRE 2022** (1^{re} séance gratuite)

Ouvert aux personnes de + de 65 ans, aux personnes en situation de handicap et aux personnes porteuses d'une affection de longue durée.

TARIFS : 18€ d'adhésion – 60€/trimestre - maintien des activités pendant les vacances scolaires (réduction pour les couples)

Renseignements et inscriptions

Charline VAXELAIRE

Responsable Départementale 74

Tel : 06.69.76.74.05

E-mail : charline.vaxelaire@sielbleu.org



La santé
par l'activité physique adaptée !
www.sielbleu.org