



Gratuit
sur
inscription

Challenge Pluvi' Mouv'

**Vous avez plus de 60 ans,
Venez tester différentes
activités pour garder la forme !**

**Testez 2 activités par semaine
sur une période de 6 semaines.**

Séances adaptées au niveau de chacun.

**Randonnée légère •
Gym adaptée • Golf •
Judo • Tennis léger
(pickleball) • Sophrologie •
Pétanque • Basket ...**



**Renseignements et
inscription au CCAS
02 97 59 00 59**



Septembre - octobre 2025



CCAS
Pluvigner



**POUR Bien
Vieillir
BRETAGNE**



MORBIHAN

ars
Agence Régionale de Santé
Bretagne