

Et si être **retraité** c'était  
**trouver son**  
**rythme ?**

**ATELIER  
ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

**Gratuit**

**Conférence 14 novembre 2025 de 09H30 à 11H00**  
**Salle du conseil mairie à PLOUNEVEZEL**

**Suivi d'un atelier de 12 séances, les vendredis de 09h30 à 11H00**  
**Lieu Maison de quartier à PLOUNEVEZEL**

Inscription auprès de Chantal FRANKHAUSER  
au **06 68 48 29 30**  
ou à [chantal.frankhauser@sportspourtous.org](mailto:chantal.frankhauser@sportspourtous.org)