

# Ateliers

## SPORT-SANTÉ ET ALIMENTATION



### AU MENU



Réservé aux + de 60 ans  
**GRATUIT**

- Atelier pratique avec un professeur en activité physique adaptée !
- Atelier pratique en cuisine avec un chef !
- Conseils nutritionnels d'une diététicienne
- Dégustation en fin d'ateliers !

**PLACES  
LIMITÉES !**



#### **ATELIER SPORT-SANTÉ**

**Mercredi 18 Février | 10h - 12h**

- Pensez à votre gourde et à mettre une tenue adaptée

#### **ATELIER DE CUISINE**

**Jeudi 26 Février | 10h - 12h30**

- Pensez à prendre un tupperware !

**SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT AUPRÈS DE MME LEHUGER**  
AU 06.16.04.99.11 OU À [VILLAGE.COURTILNOE@QUEBRIAC.FR](mailto:VILLAGE.COURTILNOE@QUEBRIAC.FR)

**ADRESSE** Salle Noëlys, Village Du Courtil Noë,  
rue du courtil noë, 35233 Québriac