

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

ATELIER  
ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE



Gratuit

Réunion publique le 12 février • à 13h30

Suivi d'un atelier de 12 séances, les jeudis de 13h30 à 14h30 à partir du 5 mars

Coworking, 4 place des Marches de Bretagne • A Mellé

Animé par Saparman  
**Inscriptions : sur place ou sur [pourbienviellirbretagne.fr](http://pourbienviellirbretagne.fr)**  
Renseignements : 06 38 77 12 22 / [nicolas@saparman.com](mailto:nicolas@saparman.com)