

Retrouvons-nous

RETRAITE COMPLEMENTAIRE

agirc-arrco

pour

Cette année, et si on bougeait?

JEUDI

21 | MAI
2026

de 14 h 00 à 17 h 45

(Accueil à 13h30)

Au programme :

Conférence « Séniors Restez en forme »

Ateliers :

- Découvertes **Biathlon** (parcours de marche et tir à l'arc adaptée)
- **Postural Ball** (une activité posturale globale utilisant un Swiss Ball, qui combine des exercices statiques, des étirements passifs et de la relaxation).

(Prévoir une tenue dans laquelle vous êtes à l'aise)

Salle polyvalente
9 rue du Bel Air – 56320 PRIZIAC

Inscrivez-vous avant le **13 mai 2026** :



Par mail à: actionsocialebretagne@agirc-arrco.fr



Ou par téléphone auprès de la mairie au 02 97 34 61 26

Pour vous inscrire
scannez -moi !



En partenariat
avec :



Roi
Morvan
Communauté