



# Estivales sielbleusiennes Restez en forme pendant l'été !

Tout au long de l'été, pratiquez une activité physique adaptée à vos besoins, vos capacités et vos envies.

Ces activités s'adressent aux personnes de plus de 60 ans

## Infos pratiques

### Conférence de présentation des ateliers

La salle Océane (complexe polyvalent Joseph DEUX) – 56130  
Péaule

### Activités proposées :

- > Relaxation posturale
- > Gym Prévention Santé
- > Activité cardio-respiratoire
- > Marche
- > Initiation Basket
- > Equilibre
- > Renforcement musculaire

**Mardi  
16 juin  
15h30**

Financé par :



## Infos & inscriptions

Elodie LORAND  
Responsable départementale adjointe du Morbihan  
elodie.lorand@sielbleu.org

**07 60 92 90 92**

Donnons le sourire  
à votre santé !