



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

Complexe sportif, salle de convivialité – rue du stade 56380
Beignon

Activités proposées :

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

**Vendredi
12 juin
14h30**

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 !