

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

**ATELIER
ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE**

Gratuit

Conférence Lundi 14 septembre 2026 à 14h30

Suivi d'un atelier de 16 séances 1h, tous les lundis à 15h45

Salle Val de Landrouet, 14 rue Du Gouede , à Merdrignac

Inscription auprès d'Alexandra GERARD
au **07 63 87 73 56**
ou à alexandra.gerard@sielbleu.org