

Pour maintenir sa **forme**  
Pour améliorer sa **condition**  
**physique**



Pratiquez grâce à un **professionnel**  
une activité physique ludique et adaptée  
à vos **capacités**, vos **besoins** et vos **envies**  
dans une **ambiance conviviale**.

**Durée :**

**1h30 de cours**

**Vous pouvez vous inscrire pour la prochaine session qui vous sera  
communiquée ultérieurement auprès du CCAS au 05 56 74 02 23.**



**Siel Bleu**