

Bouger pour sa santé !

Le Groupe Associatif Siel Bleu, acteur à part entière de la prévention santé en France et en Europe depuis plus de 20 ans, en partenariat avec Le CCAS de Fronton

Organise des cours collectifs d'activités physiques adaptées sur la commune de Fronton.



Tous les jeudis de 15h15 à 16h15

À la salle des associations
(Derrière l'école maternelle Garrigues)

Parking : 51 Avenue Adrien Escudier
31620 FRONTON

À partir du 05/09/2019

Inscriptions et renseignements auprès du CCAS
de Fronton

Programme

ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES

Gym douce, Equilibre, coordination, renforcement musculaire, jeux d'adresse, prévention des chutes, relaxation, gestes et postures, marche Bâtons, souplesse...



Contacts

Noëllie DELAVERNHE,
Coordinatrice Départementale Adjointe,
Groupe Associatif Siel Bleu – Haute-Garonne

07 63 87 73 52 ou 06 69 76 11 80
noellie.delavernhe@sielbleu.org

Laura LAGLEYZE
Responsable du CCAS de Fronton

05 62 79 92 14
ccas@mairie-fronton.fr