

Gym Prévention Santé Senior

Le **Groupe Associatif Siel Bleu**, acteur à part entière de la prévention santé en France et en Europe depuis plus de 20 ans, vous propose des cours collectifs d'Activités Physiques Adaptées pour seniors **dès le 3 septembre 2020**



Lieu / horaires

**Tous les jeudis
de 15h15 à 16h15**

Au stade Matabiau
31 620 FRONTON

Cours

ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES : Gym prévention santé sénior

Renforcement musculaire
Equilibre
Souplesse
Coordination

Relaxation
Réactivité
Endurance
Etc.



INFOS ET INSCRIPTIONS

SIEL BLEU : Noëlie DELAVERNHE, Responsable Départementale Adjointe
Tél : 07 63 87 73 52
Courriel : noellie.delavernhe@sielbleu.org

CCAS de FRONTON : Laura LAGLEYZE,
Tél : 05 62 79 92 14
Courriel : ccas@mairie-fronton.fr

