

BERTRY *Atelier* PRÉVENTION DES CHUTES



Dans le cadre du projet
“agissons ensemble pour nos aînés”



ÉQUILIBRE



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE



ASSOUPPLISSEMENT



COORDINATION

Pour rester en forme et prévenir des chutes
Séances adaptées aux seniors

Salle des sports
BERTRY

Début des séances :

17 avril - 10h30

Inscriptions : 07.82.28.79.44
SMS ou appels

