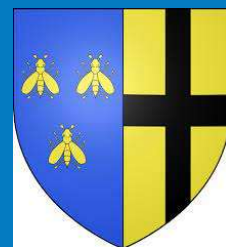




Mangez et bougez avec le sourire



Siel Bleu spécialiste des activités physiques adaptées
vous propose le programme

Mieux Bouger Mieux Manger à SAINT-GENES-DU-RETZ

Pour qui ?

Séniors de + 60 ans

Où et quand ?

Salle polyvalente

Tous les jeudis de 9h à 10h15

A partir du 27/02/2025

De quoi s'agit-il ?

- Découverte de 5 activités sportives : gymnastique d'entretien, marche, équilibre, activités de la forme et relaxation
- Ateliers de nutrition



Inscriptions obligatoires au
04.73.33.17.64

GRATUIT