



Mangez et bougez avec le sourire



Siel Bleu spécialiste des activités physiques adaptées
vous propose le programme

Mieux Bouger Mieux Manger à BROMONT LAMOTHE

Pour qui ?
Séniors de + 60 ans

Où et quand ?

Salle Charles LECUYER

(en face du camping)

Tous les mercredis de 16h à 17h15

A partir du 04/03/2026

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 CLIC
04.73.33.17.64

GRATUIT