

# GYM SANTÉ



Avec Sarah Ouvrard, éducatrice sportive spécialisée, venez pratiquer en douceur une gymnastique d'entretien adaptée, debout, en appui ou sur une chaise

Un programme prévention des chutes est intégrée aux séances.

## > ***Bourgneuf en Mauges***

Les lundis, de 10 h 30 à 11 h 30

Toutes les semaines, du 28 septembre au 21 juin

## > ***Le Mesnil en Vallée***

Les mercredis, de 9 h à 10 h

Toutes les semaines, du 30 septembre au 23 juin

## > ***La Pommeraye***

Les mercredis, de 14 h à 15 h

Toutes les semaines, du 30 septembre au 23 juin

## > ***St Florent le Vieil***

Les mercredis, de 10 h 30 à 11 h 30

Toutes les semaines, du 30 septembre au 23 juin

## > ***St Laurent du Mottay***

Les mardis, de 10 h 30 à 11 h 30

Toutes les semaines, du 29 septembre au 22 juin

74 € l'année. Tarif conjoint : 48 €

+ adhésion au Centre Social 9 €/foyer