

ATELIER GYM - MÉMOIRE - ÉQUILIBRE

UN ANIMATEUR DIPLÔMÉ VOUS ACCUEILLE SUR LE SECTEUR DE
SANCEY, A LA RÉSIDENCE ADMR AU 11 BIS RUE DU PRÉSIDENT ARBEY À SANCEY

AU PROGRAMME

Souplesse - Résistance - Endurance - Renforcement musculaire - Mémorisation et construction d'enchaînements - Jeux de mémoire - Respiration et relaxation - Stimulation verbale...



Profitez de 24 séances
de 1h

TOUS LES vendredis
de 14h à 15h

La première séance
aura lieu
le 9 octobre



Une participation
financière de
30€ vous sera
demandée
pour l'ensemble
des 24 séances.

CONTACT
Inscriptions avant
le 26 septembre
au
03 81 56 22 44

