

Et si être **retraité** c'était

**trouver son
rythme ?**

**ATELIER
ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE**



Gratuit

Conférence 17 octobre 2024 • de 11h à 12h30

**Suivi d'un atelier de 12 séances, tous les jeudis à 11h à partir
du 7 novembre**

**Espace Trampoline, 10 rue de la Libération • à Guipry-
Messac**

Animé par Saparman

Inscriptions : sur place ou sur pourbienvieillirbretagne.fr
Renseignements : 06 38 77 12 22 / nicolas@saparman.com