

Et si être **retraité** c'était

**trouver son
rythme ?**

**ATELIER
ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE**



Gratuit

Conférence le 7 janvier • de 11h à 12h30

**Suivi d'un atelier de 12 séances, tous les mardis à partir du
14 janvier de 10h30 à 11h30**

**Salle Socio-culturelle, Pâtures de Blain •
à Cournon**

Animé par SAPARMAN

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