

Et si être **retraité** c'était

**trouver son  
rythme ?**

**ATELIER  
ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**



**Gratuit**

**Conférence le 2 avril • de 14h à 15h30**

**Suivi d'un atelier de 12 séances, tous les mercredis à partir  
du 9 avril de 14h à 15h**

**Salle Marie Le Franc, 30 rue de la mairie • à Saint-  
Armel**

Animé par SAPARMAN

**Inscription sur place ou sur [pourbienvieillirbretagne.fr](http://pourbienvieillirbretagne.fr)**  
Renseignements : 06 38 77 12 22 / [nicolas@saparman.com](mailto:nicolas@saparman.com)