

HAUT BUGEY AGGLOMÉRATION
Entreprendre ensemble

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

CYCLE DE 6 SÉANCES
Tous les Mardis de 9h15 à 10h15
Du 3 novembre au 8 décembre

Pour les personnes de 60 ans et +

Avec BOOST CENTER

Renforcement musculaire,
Équilibre et posture,
Coordination
Prévoir une tenue de sport

GRATUIT

SUR INSCRIPTION
CLIC du Haut-Bugey
04 74 12 14 21

Salle des Châteaux
41 Grande Rue
01430 St-Martin-du-Fresne

Au service des séniors de l'Agglomération
CLIC Haut Bugey – Ain le Département

MAISONS SPORT SANTÉ EnVie d'Activité

St Martin du Fresne

Azalée
Action soutenue par la conférence des financeurs