

Gymnastique seniors connectés

Améliorer sa santé grâce aux nouvelles technologies :

- 12 séances d'activité physique adaptée encadrées par un professionnel Siel Bleu
- Amélioration condition physique et qualité de vie
- Suivi des progrès avec montre connectée



Horaires :

**Tous les vendredis
de 9h30 à 10h30
du 22 mars au 14 juin 2019**

Lieu du cours :

**Au Centre culturel
22 rue du Général Leclerc
67450 Mundolsheim**

Ateliers gratuits !

Pour les séniors
De plus de 55 ans.
Nombre de places
limité à 15.

Contact :

**Inscription au CIAS :
03 88 64 78 04**

