



Bien vivre votre retraite

Activités physiques adaptées

CYCLE D'ATELIERS



Améliorer votre bien être en pratiquant une activité physique pour vous donner envie de poursuivre.

Mardi 17 novembre 2015 à 15h15
Salle Socio Culturelle (à côté du Stade de foot)
Route d'Olwisheim à ECKWERSHEIM

Acti'Gym Sport-Santé en intérieur
Animé par Christine ROSER - FFEPGV



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Activités physiques adaptées

"Bougez, c'est bon pour la santé !"

Venez participer à un atelier de 4 séances d'activités physiques variées, adaptées à votre âge et à votre santé, dans une ambiance conviviale au sein d'un groupe d'une quinzaine de participants, avec un animateur formé, dynamique et attentif.

Pensez à vous équiper d'une tenue adaptée à la pratique d'une activité physique. Pour les activités en extérieur, munissez-vous de la carte d'identité et d'un petit sac à dos. Prévoir une petite bouteille.



Informations pratiques

1ère séance : Mardi 17 novembre 2015 de 15h15 à 17h00



Calendrier des séances : Mardi 24 novembre 2015
Mardi 01er décembre 2015 de 15h30 à 17h00
Mardi 08 décembre 2015



Participation pour l'ensemble du cycle : Atelier gratuit sur inscription auprès de l'Association Atout Age Alsace

Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à contacter :

Secrétariat

☎ 03 89 20 79 43

Mail :

msaservices.blf@alsace.msa.fr

EN PARTENARIAT AVEC :



AG2R LA MONDIALE



ET AVEC LE SOUTIEN DE :

