

RENCONTRE SANTÉ

Pas d'âge pour le sport !



MUTUALITÉ
FRANÇAISE

NORMANDIE



Démarrage de l'atelier

Jeudi
5 JANVIER
9h30-11h30



GOUVIX
Salle de sport ARENA
18 rue d'Urville



INFOS & INSCRIPTION

(gratuite et obligatoire)

auprès de la Mutualité
Française Normandie

06 42 86 39 30

- Découverte d'activités sportives **ADAPTÉES** et accessibles (*circuit training, yoga, blazepod, kick boxing...*)
- 12 séances encadrées par des **professionnels** de l'activité physique adaptée
- Les séances ont lieu les **jeudis de 9h30 à 10h30 entre janvier et mars 2023** en extérieur ou en salle

Réservé aux
+60 ans



Nos partenaires :



Pour bien vieillir
dans le Calvados
CONFÉRENCE DES FINANCIERS

Avec le concours de la CNSA



Communauté de communes
Cingal - Suisse Normande



Carsat
Normandie

Retraite
& Santé
au travail

