



GYMNASTIQUE SENIORS 60+

ESTAVAYER-LE-GIBLOUX, HALLE DE GYM

Equilibre, mobilité, renforcement musculaire et coordination sont au programme à travers différents exercices et jeux, dans une ambiance conviviale et sur des musiques variées !

Monitrice : Olena Kuzina-Rolle

Mercredi 14h00 - 15h00

Jusqu'au 20.12.2023, prix 7.- / leçon (sur facture)

24.01. - 03.07.2024 soit 147.- pour 21 leçons

Il est toujours possible de rejoindre le groupe après le début du semestre.

Réduction de 30 % sur les activités avec la Carte Culture Caritas

+ Ce cours est subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales, car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.

**PRO
SENECTUTE**

Pro Senectute Fribourg : 026 347 12 93
sportetformation@fr.prosenectute.ch
Passage du Cardinal 18 - 1700 Fribourg