

Réunion informations & présentation

ATELIER EQUILIBRE

Un atelier équilibre permet de prévenir les chutes (améliorer les facteurs d'équilibre) et leurs conséquences (savoir descendre au sol et se relever, réagir après la chute), de lutter contre la sédentarité et l'isolement à travers 12 séances d'activités physiques sur le thème de l'équilibre postural encadrées par un animateur agréé.

Mardi 21 juin à 15h30

A BELLENAVES

(salle de l'ancienne Bibliothèque)

Cet atelier débutera fin Septembre, sur Bellenaves, avec toutes personnes intéressées.

Pour tout renseignement, contactez Angélique au Centre Social ou par mail csr.ebreuil.communication@orange.fr

Cette présentation sera animée par des professionnels du Comité Départemental de Gymnastique volontaire



Pour un autre quotidien, solidaire et citoyen

Centre Social d'Ebreuil - 17 place de la gare - 03450 EBREUIL
04 70 90 74 80 - csr.ebreuil@orange.fr - www.ebreuil.centres-sociaux.fr

Réunion informations & présentation

ATELIER EQUILIBRE

Un atelier équilibre permet de prévenir les chutes (améliorer les facteurs d'équilibre) et leurs conséquences (savoir descendre au sol et se relever, réagir après la chute), de lutter contre la sédentarité et l'isolement à travers 12 séances d'activités physiques sur le thème de l'équilibre postural encadrées par un animateur agréé.

Mardi 28 juin à 14h30

A EBREUIL

(Annexe d'animation, rue du Rio Goulet)

Cet atelier débutera fin Septembre, sur Ebreuil, avec toutes personnes intéressées.

Pour tout renseignement, contactez Angélique au Centre Social ou par mail csr.ebreuil.communication@orange.fr

Cette présentation sera animée par des professionnels du Comité Départemental de Gymnastique volontaire



Pour un autre quotidien, solidaire et citoyen

Centre Social d'Ebreuil - 17 place de la gare - 03450 EBREUIL
04 70 90 74 80 - csr.ebreuil@orange.fr - www.ebreuil.centres-sociaux.fr