

Équilibre

**Entretenez votre équilibre en toute sécurité !
Grâce à des exercices adaptés et progressifs,
cet atelier contribue à améliorer l'équilibre, la
coordination, la souplesse et la prévention
des chutes dans une ambiance bienveillante.**

Jour et heure : les vendredis de 16 h à 17 h

12 séances sur inscriptions

Au Centre Social

A partir du **VENDREDI 6 NOVEMBRE**

Tarif : 60 € l'année

Intervenante : Valérie BRETON,
kinésithérapeute préventeur

Informations et inscriptions :

02.33.82.19.20 - secretariat@cshs.fr



Centre Social
de la **HAUTE SARTHE**
— Oisseau Le Petit

15 les champs roux - 72610 OISSEAU-LE-PETIT

 02.33.82.19.20 -  secretariat@cshs.fr



centre-social-oisseau.fr



centre social de la Haute Sarthe