

Le 30/08/2022

de 11H00 à 12H00

GV La Meyze

organise

Gym active senior

Contact organisateur

Guy COSTA
Tel. : 0659155956
Email : elijaht@me.com

Adresse de l'événement

SALLE POLYVALENTE
1 SQUARE PITTEN
87800 LA-MEYZE

Conseil : pensez à contacter l'organisateur pour savoir si l'événement est toujours d'actualité avant de vous y rendre et pour réserver si besoin.

Description

On ne le dira jamais assez, mais une activité physique régulière apporte de nombreux bienfaits pour l'être humain. Par exemple, la gym pour seniors est un sport de plus en plus recommandé pour les plus de 50 ans. Certains sports recourent parfois à des techniques complexes. Avec l'âge vous avez peut-être quelques appréhensions quant à la pratique d'un sport. Cependant, il n'y a aucune inquiétude à avoir ! Aujourd'hui une multitude de sport s'offrent à vous et s'adaptent parfaitement à vos capacités physiques.



Carte : zoom 1



Carte : zoom 2



Carte : zoom 3

Facebook de l'événement : <https://www.facebook.com/agvlameyze/>