

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

REXPOËDE, 3 place de la Mairie
SALLE DU MEULENHOF

TOUS LES JEUDIS DU
4 MARS AU 30 AVRIL
DE 9H30 À 10H30



NOS ACTIVITÉS

Renforcement
musculaire

Travail
cardio

Travail
d'assouplissement

Entretien
fonctionnel

Travail de
coordination

Travail
d'équilibre

