



**A LA RENTRÉE 21/22
VOTRE CLUB DE GYM EPGV
VOUS PROPOSE**

**LES MERCREDIS DE
LA GV**

**GYM INTER-
GÉNÉRATIONNELLE**

**La gym en famille ?
On y va !**

Gym intergénérationnelle

grands-parents, parents et enfants de 7 à 10 ans

Mercredi 15h-16h

Salle Cap'Ados

Impasse des Ecoles

Saint-Gervais-La-Forêt

Contact : 09 67 36 58 93



**Ensemble
en forme**



Gym Volontaire

**Blois
La Chaussée Saint Victor
Saint Gervais La Forêt**

**A LA RENTRÉE 21/22
VOTRE CLUB DE GYM EPGV
VOUS PROPOSE**

**LES MERCREDIS
DE LA GV**

**GYM' INTER-
GÉNÉRATIONNELLE**



**La gym en famille ?
On y va !**

Gym intergénérationnelle

pour grands-parents et enfants de 7 à 10 ans

**Améliorer coordination, équilibre, musculature,
posture, endurance, mémoire.... avec de
multiples activités (danse, musculation,
yoga, Pilates, stretching...)**

Pour bien vivre en famille

**Ensemble
en forme**



Gym Volontaire
Blois
La-Chaussée-St-Victor
St-Gervais-la-Forêt