

A.P.A. Activités Physiques Adaptées

*séances ludiques et conviviales,
adaptées à votre état de santé,
à vos capacités et surtout
à vos envies !*

*mieux être physique et mental,
meilleure résistance à la fatigue.*

Nicolas GAYE,
diplômé d'un master en APA,
assure l'animation et
l'accompagnement individualisé.

- 3 séances le jeudi matin (9h, 10h et 11h)
à partir du 17 septembre au Centre d'Animation,
- 1 séance le vendredi à 18h30
à partir du 18 septembre à la mairie.

2 cours de découverte sur inscription,
dès le mois de juin.
Cotisation annuelle : **150,00€**.
Possibilité de payer par trimestre.

Infos et inscription auprès de :

- Colette GOUTTE : 06 75 91 35 47 - colette.goutte@orange.fr
- René MICHEL : 06 15 42 46 53 - rene.michel@zaclys.fr