



GYMNASTIQUE SENIORS 60+

CORMINBOEUF, HALLE DE GYM

Equilibre, mobilité, renforcement musculaire et coordination sont au programme à travers différents exercices et jeux, dans une ambiance conviviale et sur des musiques variées !

Mardi, 16h00-17h00
avec Florence Dousse

12.09. - 12.12.2023
84.- (12 leçons)
09.01. - 25.06.2024
154.- (22 leçons)

Jeudi, 20h00-21h00
avec Gisèle Fleury-Rossier

Cours suspendu, reprise
le 30.11.2023
11.01. - 27.06.2024
140.- (20 leçons)

Réduction de 30 % sur les activités avec la Carte Culture Caritas

⊕ Ces cours sont subventionnés par l'Office fédéral des assurances sociales, car ils favorisent tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.

PRO
SENECTUTE

Pro Senectute Fribourg : 026 347 12 93
sportetformation@fr.prosenectute.ch
Passage du Cardinal 18 - 1700 Fribourg