



## 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](mailto:sportetformation@fr.prosenectute.ch)  
Passage du Cardinal 18 - 1700 Fribourg