



AT66

ATELIER

SAINT-GENIS
DES FONTAINES
les Albères au



60 ans et + RE-ACTIFS

Axé sur les activités physiques, l'équilibre et la prévention des chutes.

6 séances d'1h

- Parcours d'équilibre
- Garder son autonomie
- Favoriser la confiance en soi
- Exercices de renforcement au poids du corps
- Etirements / Assouplissement
- Travail en binôme

Tous les vendredis du 07 novembre au 12 décembre 2025

De 10h à 11h

Salle polyvalente
Place Jean Rolland
Avenue Georges Clemenceau
66740 St Genis des fontaines

Renseignements et
inscription au CCAS

04.68.66.66.20

04.68.95.00.01

La Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie 66

Avec le soutien de la



Pyénées-Orientales

