



**Les cours ont lieu**

**TOUS LES MARDIS DE 15 H 30 A 16 H 30**

**(Première séance le mardi 24 septembre 2019)**

**Salle de la DIVE**

**SEANCES DIRIGÉES**

**PAR MR PATRICE REMIAT, KINESITHERAPEUTE**

**DANS UNE AMBIANCE CONVIVIALE**

**ENTRETIEN DES ARTICULATIONS**

**TRAVAIL DE L'EQUILIBRE**

**TRAVAIL DE LA COORDINATION**

**DETENTE – RELAXATION**

**ASSOUPPLISSEMENTS**

**RENSEIGNEMENTS AUPRES DE :**

**Mr Adrien BIZON Tél. 02 51 65 62 81**

**Mr Jean François COUSSEAU Tél. 02 51 65 61 87**

**QUATRE PREMIERES SEANCES DE DECOUVERTES SONT SANS ENGAGEMENT**