

ZEME SEMESTRE 2024

DATE/HORAIRE/LIEU	ADRESSE
Groupe 1 : Les jeudis de 15h à 16h à partir du 26 septembre 2024	Maison des aînés - 58 rue du 1er mars 1943 Villeurbanne



Sport-Ordonnance.fr
Décret du 1er mars 2017

Coanimé par un animateur sportif certifié **Activités Physiques Adaptées** et **Sport sur Ordonnance**



J'arrive mieux à relativiser pour faire face à mes douleurs, en pouvant les accompagner et moins les subir, un apaisement, plus de positivité, cela m'aide à me recentrer.



Groupe 2022

NOUS PROPOSONS ÉGALEMENT...



Atelier numériques
Initiation au numérique



Marche nordique
Retrouver une forme physique