

La commission SENIORS de la CCVVS propose aux jeunes de 65 ans et plus

ATELIERS + DE PAS

- Promouvoir l'activité physique et la marche
- Stimuler la motivation à marcher quotidiennement
- Créer du lien social de façon durable sur le territoire

Chaque membre du groupe se voit remettre un podomètre et un guide pédagogique

GRATUIT

START
2023

Mardi 14 mars 2023 à 10 h : Conférence de présentation et inscriptions

ATELIERS LES MARDIS DE 10H À 11H30

21 mars **28 mars** **4 avril** **11 avril** **18 avril**

AMBLEVILLE - SALLE FOYER RURAL

Inscriptions obligatoires au 01.82.31.20.91
ou par mail : plassart.lucie@vexinvaldeseine.fr
Seulement 15 places disponibles

