



60 ANS ET +

## SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE AUX SÉNIORS

Vous cherchez une activité physique qui vous corresponde ?

L'association Tao Rythm et Arts Énergétiques\* propose des séances d'activité physique adaptée avec :

- des exercices d'équilibre,
- de la gym forme,
- de la marche nordique,...

\*en collaboration avec la Ville d'Illkirch-Graffenstaden et le Comité Sports Pour Tous Grand Est

### TARIFS

130 € (Illkirchois) - 150 € (non Illkirchois)

36 séances - A PARTIR DU 6 SEPTEMBRE 2019

Le vendredi de 9h à 10h15  
Salle de danse Art et Culture  
190 route de Lyon à Illkirch-Graffenstaden

MARCHE  
NORDIQUE



GYM  
FORME



Renseignements : Cathy FAFOURNOUX

Tél. 06 60 46 68 70

Courriel : cathy.fafournoux@gmail.com

