



**05**  
AVRIL

10 h 15 - à 11 h 15  
OPABT - 3 place de la commune de paris 90000 Belfort

## Atelier Gym d'entretien

Au programme : des activités variées et adaptées aux capacités et besoins de chacun (stretching, renforcement musculaire doux, coordination..) mais aussi des conseils pour la préservation de ses capacités physiques.

 AJOUTER À MON CALENDRIER

Au programme : des activités variées et adaptées aux capacités et besoins de chacun (stretching, renforcement musculaire doux, coordination..) mais aussi des conseils pour la préservation de ses capacités physiques.



 RETOUR À LA LISTE

