

La santé
par l'activité
physique
adaptée!

**GYMSANA**
A.S.B.L.



Pour la santé, pour le plaisir : Bougeons ensemble!

L'asbl GymSANA, vous propose des cours collectifs d'activité physique adaptée à votre santé.

A travers des exercices de gym douce et de prévention des chutes.

Créé avec des médecins, des kinés et des cardiologues, vous découvrirez un programme adapté à vous, avec du matériel ludique et varié pour un vrai moment de plaisir partagé...

Séance de Gym douce et prévention des chutes

Quand ? Tous les **Judis** de **11h à 12h**



plan
de
cohésion
sociale

Où ? Salle Récréer, Rue Marcel Lespagne 63, 5540 Hastière-Lavaux.

1ère séance gratuite et intervention possible de votre mutuelle

Pour plus de renseignements, contactez l'intervenant Morgane Bastin **0499/74 63 71**

Avec l'aide de la commune d'Hastière

**GYMSANA**
A.S.B.L.

www.gymsana.be
info@gymsana.be
0492 / 73.05.68.

