

PRÉVENTION DES CHUTES

ATELIERS D'ÉQUILIBRE

avec

wfolep 44
TOUS LES SPORTS AUTREMENT



#ApprendreàSerelever

#BougerEnTouteSérénité

Rejoignez-nous !

sur une des 2 sessions en 2022



Ouvert à toutes et à tous !



La Chevrolière

Dojo du complexe sportif Hugues Martin
Rue du Stade
44118 La Chevrolière



du 25 avril au 30 mai 2022
(hors vacances scolaires)



Session 1 lundi 14h00 à 15h00
Session 2 lundi 15h00 à 16h00

Objectifs des séances :

- Prévenir les chutes
- Apprendre à se relever
- Entretenir son équilibre
- Bouger en sécurité



10 personnes maximum par session



10€ par session = 6 séances

Obligation de participer à au moins 4 séances



certificat médical NON nécessaire



Inscription :



02 51 86 33 34



ufolep44@laligue44.org