

*Votre santé vous intéresse ?  
Venez nous rejoindre  
Ce programme est ouvert à tous.*

**Les Séniors en Action : 30€ pour l'ensemble du programme**

- 30 séances d'activités physiques
- 2 ateliers diététiques encadrés par une diététicienne
- 2 ateliers de prévention santé encadrés par un infirmier



**Horaires :**

1<sup>ère</sup> séance de Gymnastique Sénior  
(Séance de découverte)

Vendredi 20 octobre 2017

De  
11h à 12h

**Lieu du cours :**

Gymnase (Accueil de Loisirs)  
Avenue de Badouveau  
28250 Senonches

**Contact :**

Mme Valenti-Gauthier  
CCAS Senonches  
02.37.37.37.30

[l.valentigauthier@foretsduperche.f](mailto:l.valentigauthier@foretsduperche.f)