



Ensemble pour la forme : des ateliers sportifs pour bouger et se retrouver

Les vendredis 27 mars, 17 avril, 22 mai et 12 juin

Envie de bouger, de prendre soin de vous et de partager un moment convivial ? La Ville propose une série d'ateliers sportifs **gratuits ouverts à tous** pour se remettre en mouvement dans une ambiance bienveillante et dynamique.

Organisés à la **Maison des Dix Arpents**, ces rendez-vous permettront de découvrir différentes activités physiques tout en favorisant l'échange et la cohésion entre participants.



Au programme :

- **Parcours santé** pour travailler l'endurance et la mobilité
- **Ateliers de coordination et de cohésion** pour stimuler le corps et l'esprit
- **Découverte collective de sports**, pour tester de nouvelles disciplines dans une ambiance conviviale

Ces ateliers auront lieu **les vendredis de 9h15 à 11h15** aux dates suivantes :

- **27 mars**
- **17 avril**
- **22 mai**
- **12 juin**

La participation est **gratuite**, mais **l'inscription est obligatoire** car les **places sont limitées**.

Tenue de sport obligatoire

Infos pratiques

Renseignements et inscriptions :

01 30 37 32 96
01 34 33 50 35