



Mouvement
et sport

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE

Entraînement urbain

NOUVEAU À LUCENS

Bouger et garder la forme à tout âge !

Programme d'entraînement de la condition physique en plein air pour des seniors en forme et habitués à faire de l'exercice. Parcours itinérant par tous les temps.

Encadrement assuré par une monitrice formée en sport des adultes suisse (esa), reconnue par l'Office fédéral du sport.

| | |
|---------------------------------------|--|
| Lieu | Départ et retour à la Grande Salle, à côté du parking |
| Dates et horaire | Lundi dès le 29 août 2022 de 14h à 15h Hors vacances scolaires |
| Participation | CHF 6.- la séance, abonnement semestriel Entrée possible à tout moment |
| Renseignements Inscription | Pro Senectute Vaud Sport et santé 021 646 17 21 - sport@vd.prosenectute.ch |
