

**PRO
SENECTUTE**

PLUS FORTS ENSEMBLE



Entraînement urbain / RENNAZ

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.

Départ et retour - Collège L'arennaz, Route d'Arvel 2, 1847 Rennaz

Jour	Séance découverte gratuite et sans inscription mercredi 30 avril de 9h30 à 10h30, par tous les temps
-------------	---

Participation	CHF 6.- la séance. Abonnement semestriel. Entrée possible à tout moment.
----------------------	---

Renseignements	Pro Senectute Vaud, Mouvement et sport 021 646 17 21, sport@vd.prosenectute.ch
-----------------------	---

Cette activité est partiellement subventionnée par l'Office fédéral des assurances sociales car elle favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.