



## Bécherel

### Séances d'activités physiques adaptées pour les seniors

L'AS Romillé (ASR) met en place en partenariat avec la Fédération française de sport pour tous des séances d'activités physiques adaptées - du sport santé tous les mercredis, de 10 h à 11 h 30, à la Maison du livre de Bécherel.

Ces séances sont financées par Cap Retraite et s'adressent aux seniors du secteur en recherche d'une activité adaptée, régulière, sécurisée et progressive.

Douze séances seront dispensées à quinze participants jusqu'au mois de mars. Le groupe est d'ores et déjà complet. Deux bilans de forme initial et final permettent aux participants de mesurer les progrès réalisés et de les inciter à poursuivre leur activité par la suite.

Dans la continuité de cette action et



*L'AS Romillé (ASR) met en place des séances d'activités physiques adaptées tous les mercredis.*

| CRÉDIT PHOTO : OUEST-FRANCE

devant le succès rencontré, l'ASR et le Clic (Centre local d'informations et de coordination) Noroît réfléchissent d'ores et déjà à la possibilité de poursuivre ces ateliers dans le secteur à

différents publics.

**Renseignements** auprès de Philippe Ménard au 06 77 26 20 90