

Famille du média : PQR/PQD
(Quotidiens régionaux)

Périodicité : Quotidienne

Audience : 873000

Sujet du média :

Actualités-Infos Générales



Edition : 04 juin 2022 P.17

Journalistes : -

Nombre de mots : 107

PRESSINS

Bientôt une journée sport pour seniors gratuite



Delphine Frety, éducatrice spécialisée sport santé, dispense ses cours toutes les semaines à Pressins.

La Fédération sports pour tous de Pressins organise une journée seniors gratuite samedi 18 juin, animée par Delphine Frety, éducateur spécialisé sport santé. Au programme : 8 h 45-9 h 30, gym douce. 10 h-10 h 45 gym adaptée sur chaise. 11 h-11 h 45, Pilates senior. 14 h-17 h, tests formes avec résultats et bilan sur place. 14 h-16 h, initiation marche nordique. 16 h 15-17 h, circuit training seniors en pleine forme. Collation, thé, café, offerts.

Renseignements au 06 83 85 45 79.

