



# Dans vos Communes

## PLOUFRAGAN

**FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORTS POUR TOUS.** *Le lundi 12 septembre.* Ouverture d'un deuxième cours de gymnastique posturale (Pilates), le mardi matin de 10 h à 11 h, salle du Grimolet, en plus du cours du jeudi soir à 20 h 30. Le swiss ball, cours mis en place l'an passé, reprend le lundi à 17 h 30, salle du Mille Club. Également au programme : cours de gymnastique d'entretien, gymnastique tonique, gymnastique douce, stretching, et pour les seniors, cours d'équilibre et de prévention des chutes. Tarif : 117 €. Contact : tél. 06 84 62 02 05, annick.jagoret@orange.fr

