

LES JEUDIS

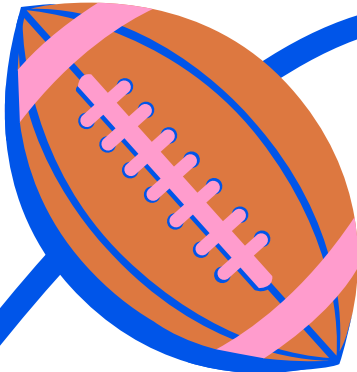
DE 13H30 À 14H30

DÈS LE 17 SEPTEMBRE ET JUSQU'EN JUIN

**MONTEBOURG
DOJO DU COMPLEXE SPORTIF**

Pour les plus
de 60 ans

1 groupe



RUGBY ÉQUILIBRE SILVER XIII

Séances
gratuites,
vous ne
financez que
votre licence
de 15€ pour
l'année

**Activité physique adaptée qui améliore l'équilibre, permet de
prévenir les chutes, renforce les réflexes et la coordination**

**Animée par les éducateurs formés de l'association multisports
les Homards du Cotentin**

**Renseignement et inscription auprès du CLIC du Cotentin
au 02 33 01 00 00 ou contact@clicducotentin.fr
Un certificat médical sera nécessaire, ou décharge à défaut**

