

# GYM ADAPTÉE

**A PARTIR DE 60 ANS**

*La Fédération ADMR des Hautes-Alpes vous convie à  
un cycle d'ateliers gratuits de gym adaptée  
animés par Violaine Lecoin, éducatrice sportive*

**VENDREDI 7 SEPTEMBRE 13 H 45 à 14 H 45**

**VENDREDI 14 SEPTEMBRE 13 H 45 à 14 H 45**

**VENDREDI 21 SEPTEMBRE 13 H 45 à 14 H 45**

**VENDREDI 28 SEPTEMBRE 13 H 45 à 14 H 45**

**VENDREDI 5 OCTOBRE 13 H 45 à 14 H 45**

**MERCREDI 10 OCTOBRE 13 H 45 à 14 H 45**

**VENDREDI 19 OCTOBRE 13 H 45 à 14 H 45**

*LES SÉANCES SE DÉROULERONT DANS LES LOCAUX DE  
LA FÉDÉRATION ADMR SITUÉS 5/7 IMPASSE DE BONNE à GAP*

*POUR TOUT RENSEIGNEMENT ET POUR VOUS INSCRIRE :*

**04 92 52 37 82**

*Avec le soutien de :*