



VEN. 1<sup>ER</sup> MARS  
VEN. 8 MARS  
VEN. 15 MARS  
VEN. 22 MARS  
VEN. 29 MARS  
VEN. 5 AVRIL

DE 10H30 A  
11H30

DANS LES  
LOCAUX DE LA  
FÉDÉRATION  
ADMR SITUÉS  
5/7 IMPASSE DE  
BONNE A GAP



# ATELIERS GYMNASTIQUE ADAPTÉE SENIORS

À partir de 60 ans

Ateliers gratuits et animés par  
Violaine Lecoin, animatrice sportive.

INSCRIPTIONS  
AU  
04.92.52.37.82  
OU

[nmeltz@admr05.org](mailto:nmeltz@admr05.org)

Autonomie des personnes âgées - Conférence des financeurs - Hautes-Alpes

