



Bouger... Se maintenir... Découvrir... Se faire plaisir...

Vous avez 60 ans et +, désirez bouger en groupe et dans la bonne humeur ?
Venez donc rejoindre le groupe de gym maintien mixte :

**A LA GRANDE SALLE DE SURPIERRE
LE MERCREDI DE 14h00 a 15h00**

A PARTIR DU 09 septembre 2026

Monitrice esa : Mme Josiane Thierrin 026 666 15 52 ou 079 338 70 08

Possibilité de commencer en tout temps (sauf vacances scolaires)

Une leçon d'essai gratuite - Venez donc tester sans engagement !



Pro Senectute Fribourg, 1752 Villars-sur-Glâne, 026 347 12 40
www.fr.pro-senectute.ch, info@fr.pro-senectute.ch