

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES & FORME-SANTÉ

Alternative aux pratiques d'Arts Martiaux.

Elles s'adressent aux personnes sédentaires cherchant à se mettre en mouvement ou en reprise d'activité physique, éventuellement à risques potentiels : *adolescents, adultes, sujet en surpoids.*



HORAIRES DU COURS

MARDI

19h-20h30

Salle de la source



LIEU DES COURS

**Complexe sportif - Salle de la source
69450 SAINT CYR AU MONT D'OR**

**Contact : M. Blaise MIYOUNA
Tél : 06 46 43 20 26**