



**RENCONTRE SANTÉ**



**ACTIVITÉ PHYSIQUE**



# ➤ PAS D'ÂGE POUR LE SPORT

**8 avril >  
24 juin 2025**



**DE 14H À 15H**

(8 avril & 24 juin  
de 14h à 16h)



**SAVERNE**

Foyer St Joseph  
12, rue Gottenhouse



**12 SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE (TOUS  
LES MARDIS) À DESTINATION DES SENIORS**

- **découverte de différentes disciplines**  
en intérieur ou extérieur (marche nordique,  
gym douce, jeux de ballon...)
- **exercices d'échauffements et d'étirements**
- **conseils pratiques** pour réaliser des  
exercices chez soi
- **découverte des structures proposant une  
activité physique adaptée** à Saverne et environs

**INSCRIPTION  
GRATUITE**

➤ [f.anstotz@mairie-saverne.fr](mailto:f.anstotz@mairie-saverne.fr)  
06 84 77 78 57

**Nos partenaires**



VILLE de SAVERNE



**#Rencontresanté**