

L'AIGUIER



Vivre ensemble,
pour tous les âges !

MARCHE ACTIV

Marche activ pour la forme !

Une activité douce et conviviale
pour **garder la forme**, renforcer
votre santé et **partager** un bon
moment en **plein air** !



**TOUS LES
MARDIS MATINS**



DE 09H30 À 11H00



**DÉPART DU CENTRE
SOCIAL AIGUIER**



Activité adaptée
à tous les niveaux



Accessible, conviviale
et en pleine nature



Encadrée dans
la bienveillance

*Bougez
à votre rythme !*

UNE ACTIVITÉ ADAPTÉE À TOUS

- ✓ Marche activ pour la forme
- ✓ Travail de cardio
- ✓ Peu de dénivelés
- ✓ Parcours sur petite route
et chemins



TARIF
75 €
ANNUEL

OU

CARTE
10 SÉANCES
25 €



INSCRIPTION

au Centre Social et Culturel Aiguier
60 rue du Parc
84240 La Tour d'Aigues



Olivia



04 90 07 23 00



secteurseniors.aiguier@gmail.com



LA TOUR
D'AIGUES



Département
VAUCLUSE



Conférence
des financeurs
Prévention de la perte
d'autonomie
des personnes âgées



santé
famille
retraite
services



CAJ
de Vaucluse