

RANDONNÉE

TAÏSO

# EXPLORER VOTRE POTENTIEL

INITIATION  
SPORT  
SENIOR

AQUAGYM

YOGA

2<sup>ÈME</sup>  
ÉDITION

MARCHE  
AQUATIQUE

VOUS AVEZ 60 ANS ET PLUS  
ET SOUHAITEZ REPRENDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ?  
À BREST, SEULEMENT 1 FOIS PAR SEMAINE, DE MAI A JUIN,  
INITIEZ-VOUS À 4 ACTIVITÉS SPORTIVES ET DE BIEN-ÊTRE.

ACCOMPAGNÉ PAR DES ÉDUCATEURS SPORTIFS DIPLÔMÉS D'ÉTAT, PRATIQUEZ  
LE YOGA, LA MARCHE AQUATIQUE, LA RANDONNÉE, LE TAÏSO ET L'AQUAGYM.  
PARTICIPATION DE 15€ POUR L'ENSEMBLE DES SÉANCES.

REUNION D'INFORMATIONS  
MARDI 13 MARS DÈS 16H30  
AU CENTRE TSURUGI  
2 RUE KERMARIA 29200 BREST



yoga da viken  
Cratna SOSA

Aqualife  
VAGUES DE BIEN-ÊTRE



INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS  
INITIATIONSPORTSENIORBREST@GMAIL.COM  
TÉL. 06 73 39 21 47