



## **ATELIER EQUILIBRE**

**Ou en êtes-vous avec l'équilibre ?**

*Les ateliers équilibre visent la prévention des chutes. Ils s'adressent aux personnes, à partir de 60 ans, mais pas seulement, qui ont déjà chuté ou qui craignent de chuter. Finalement ils s'adressent à tout le monde.*

**Nous aimerions à nouveau cette année ouvrir un Atelier de Gymnastique Équilibre, une séance de une heure par semaine pendant 12 semaines au Centre Culturel de Fontlozier.**

*L'ouverture de ce cycle nécessite une inscription préalable d'une quinzaine de personnes.*

*Les séances pourraient avoir lieu le mardi de 16h à 17h comme précédemment mais cela n'est pas encore arrêté.*

***Le prix demandé sera aussi fonction du nombre de personnes.***

*(Il avait été précédemment de 40 € pour le cycle \*)*

*\* Plus une licence pour les personnes non licenciées*

**Les inscriptions sont ouvertes par mail auprès de l'association.**