

Association

Gym'Vitalité
Le Perreux sur Marne

GYMNASTIQUE INTERGÉNÉRATIONNELLE

*Bouger ensemble,
partager des moments uniques !*

UN CONCEPT BASÉ SUR LE PARTAGE ET LE BIEN-ÊTRE

La gymnastique intergénérationnelle a pour objectif de créer un moment privilégié entre deux générations autour de l'activité physique.

Des séances ludiques et accessibles pour :



ENFANT

Développer les capacités motrices : coordination, équilibre, confiance en soi.



ADULTE

Maintenir la condition physique et le bien-être.



PARTAGE

Favoriser les échanges et la complicité entre les participants.

Exercices ludiques • Ambiance conviviale • Plaisir d'être ensemble



QUAND ?

Chaque

MERCREDI

14 h à 15 h



OÙ ?

Salle Luc Maine Miroir

30 rue Pierre Barberet
94170 Le Perreux-sur-Marne



POUR QUI ?

Ouvert aux

**BINÔMES
INTERGÉNÉRATIONNELS**

- ♥ Parent et enfant
ou
- ♥ Grand-parent et petit-enfant

Enfants de **5 à 8 ans**

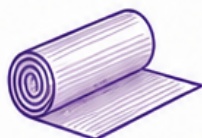
Grande Section de maternelle,
CP et CE1



AVEC STÉPHANIE

Animatrice au sein de Gym Vitalité.
Son expérience et sa pédagogie constituent un véritable atout pour le lancement de cette nouvelle activité.

*Rejoignez-nous pour partager bien plus qu'un cours :
du mouvement, des sourires et des souvenirs !*



07 71 71 09 01



contact@gym-vitalite.fr