

Équilibre & Prévention



Une activité
conviviale qui vous
permettra de
reprendre
confiance en vous
par le biais de
parcours de
motricité adaptés et
d'exercices
individualisés.

Lundi de 10h à 11h – Maison Maladière

Mercredi de 14h15 à 15h15 – Salle Chaudronnerie

Mercredi de 14h15 à 15h15 – Ecole des Petites Roches

Jeudi de 10h30 à 11h30 – Salle des Valendons

Vendredi 14h15-15h15 – Salle des Chantalistes

OPAD-DIJON.FR

