

Saison 2025-2026

# Activités GYMNIQUES

SOUPLESSE ET RELAXATION  
GYMNASTIQUE DOUCE  
GYMNASTIQUE CLASSIQUE  
GYMNASTIQUE TONIQUE  
RENFORCEMENT CUISSES-ABDOS-FESSIERS  
89€ / 62€ / 45€

OPAD  
L'association des seniors dijonnais

[opad-dijon.fr](http://opad-dijon.fr)

