

# ATELIERS

# D-marche

## Séniors

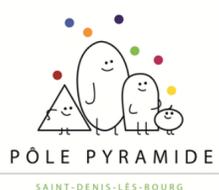


**De 9H à 12H**  
**À LA FERME DU PÔLE**

**VENDREDIS**  
**18/09/2020**  
**30/10/2020**  
**27/11/2020**

La marche est source de santé au quotidien et permet une meilleure qualité de vie. Ces ateliers ont pour but de préserver le capital santé des séniors en les invitant à augmenter leurs pas au quotidien et de manière durable

**Gratuits avec adhésion à jour**



Pôle Pyramide  
120 Rue des Ecoles  
01000 SAINT DENIS LES BOURG  
04.74.22.42.65  
contact@polepyramide.fr  
www.polepyramide.fr

