

# L'AGENDA SENIORS

MARS 2024 > JUIN 2024

Sophro Balade  
Sport Santé  
spécial J.O

*Terre Audacieuse : au plus près des aînés*



Com'Com' du Pithiverais Gâtinais

[www.pithiveraisgatinais.fr](http://www.pithiveraisgatinais.fr)

## SPORT SANTÉ SPÉCIAL J.O

Gymnase Yannick Souvré

Complexe sportif de la Fontaine  
à Joigneau  
40, rue de Vauluizard - Malesherbes  
45330 LE MALESHERBOIS

>> Les lundis à 11h (durée 1h)

11, 18 et 25 mars  
8 et 15 avril  
6, 13 et 27 mai  
3, 10, 17 et 24 juin

Animé par Profession Sport Loisirs

Volley, badminton, golf...  
Découvrez un panel d'épreuves  
que l'on retrouvera lors des Jeux  
Olympiques de Paris 2024 à travers  
des ateliers qui s'inspirent de ses  
pratiques et qui vous permettront  
de profiter des bienfaits du sport  
tout en douceur pour votre santé  
physique et mentale.



## SOPHRO BALADE

Devant la salle polyvalente

1, allée de la Mairie-École  
45390 ONDREVILLE-SUR-ESSONNE

>> à 10h (durée 1h30)

Les mardis 19 mars, 9 avril, 21 mai  
Le mercredi 19 juin

Animée par G.BRASSART,  
Sophrologue

La sophro-balade permet de  
profiter des bienfaits de la marche  
associée à la pratique de la  
sophrologie.

Au cœur de la nature, vous vivrez  
une expérience riche au sein d'un  
groupe.

### LES ATELIERS SONT GRATUITS

Inscriptions auprès du CLIC  
par téléphone dans la limite  
des places disponibles.

Tél. 02 38 33 92 68



plus d'informations sur  
[loiret2024.fr](http://loiret2024.fr)



#flammeoiret



santé  
famille  
retraite  
services

