







ACTION DE PREVENTION ORGANISE PAR LE POINT INFOS SENIORS

Atelier hebdomadaire du 12 janvier au 13 avril 2026 à Vaison-la-Romaine

Restez en forme, maintenez votre EQUILIBRE

Jour et horaires Le lundi de 09h30 à 11h00	Conditions d'inscription	Accompagnatrice et tenue	Organismes partenaires de la prévention	Règles de participation	Capacité	Lieu et salle
12 séances 1 fois/semaine 12/01/2026 19/01/2026 26/01/2026 2/02/2026 9/02/2026 16/02/2026 2/03/2026 9/03/2026 16/03/2026 23/03/2026 30/03/2026 13/04/2026	Inscription sur RV : POINT INFOS SENIORS Martine Béthencourt-Scherer 06 45 76 58 10 Aucun reste à charge pour le participant Un Certificat de non-contre- indication à la pratique de l'activité physique adaptée à remettre au POINT INFOS SENIORS avant le début de la 1^{ère} séance	Formatrice Activité physique Adaptée : Nathalie BILBEAU Votre tenue : Vêtements souples Chaussures de sport à enlever sur les tapis	  	<u>Assiduité exigée aux séances</u> En cas d'absence merci de le signaler avant la séance au POINT INFOS SENIORS Ne prenez pas la place de quelqu'un qui en aurait besoin plus que vous	15 pers. maximum	<u>Nouveau DOJO</u> Salle des Arts martiaux  465 Rue Marcel Pagnol Vaison

LA SALLE EST MISE A DISPOSITON PAR LA MAIRIE DE VAISON-LA-ROMAINE



POINT INFOS SENIORS HAUT VAUCLUSE
Votre contact : Martine Béthencourt-Scherer
 – 84110 Vaison-la-Romaine
 ☎ 06 45 76 58 10 – point-infos-seniors@ch-vaion.fr

Pour accéder au nouveau DOJO :
 Au rond point de la Cité scolaire,
 direction Nyons
 Le Dojo est situé sur la gauche après
 l'établissement Couleur Provence

Commenté [MBS1]: