

DÉLIER VOTRE CORPS  
SENIORS À PARTIR DE 60 ANS

# Stretching

À PARTIR DU 19/09/23

Séance **1 fois / semaine** le mardi après-midi

**Lieu :** salle des arts martiaux

92 rue des phocéens "Les terrasses de l'Arc" Orange

- Détente profonde de toutes les chaînes musculaires
- Postures d'étirement et d'assouplissement favorisées par la respiration

## PIÈCES À FOURNIR À L'INSCRIPTION

fiche d'inscription certificat médical  
(document joint au livret  
"Les loisirs de Boisfeuillet")

1 attestation de responsabilité civile

- TARIFS : Orangeois : 73,05€ ♦ Extérieurs : 146,10€
- RENSEIGNEMENTS : 04.90.51.38.14 ou 04.90.51.38.46

\* Aucun paiement avant réception du courrier de confirmation de l'inscription

## STRETCHING

### COUPON POUR PRÉINSCRIPTION SÉNIORS 2023/2024

NOM :

PRÉNOM

ADRESSE :

TÉL :

MAIL :

Cocher votre préférence\*. Un seul choix disponible

MARDI

14h15 à 15h15

15h45 à 16h45

\* sous réserve de places disponibles dans le créneau choisi

À renvoyer à l'Hotel de communauté 307  
AV de l'arc de triomphe - 84100 Orange

**Avant le vendredi 18 Août 2023**