



PROGRAMME EQUILIBRE¹

16 séances gratuites

Du 23 octobre 2026 au 19 février 2027

Pour qui ?

Pour toute personne
de 60 ans et plus

Quand ?

Les vendredis

De 14h à 15h 30

Réunion
d'information ?

Mercredi 14 octobre à
14h



Renseignements et inscription
Corps en Mouvement 06 33 35 33 22
Corpsenmouvement72@gmail.com



Où ?

AU GRAND-LUCÉ

Au Tiers Lieu chez
Eugène

EHPAD E. Aujaleu
G. Coulon

Coût ?

GRATUIT

Dates ?

Du 23 octobre au 19
février 2027

Faites un pied de nez aux chutes, L'âge du bon côté, consolider son autonomie, sa condition physique et son équilibre par l'activité physique adaptée

Avec le soutien de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Sarthe

¹ PROGRAMME EQUILIBRE ET PREVENTION DES CHUTES



PROGRAMME EQUILIBRE¹

16 séances gratuites

Du 08 octobre 2026 au 18 février 2027

Pour qui ?

Pour toute personne
de 60 ans et plus

Quand ?

Les jeudis

De 14h à 15h 30

Réunion
d'information ?

Jeudi 1er octobre à 14h



Renseignements et inscription
Corps en Mouvement 06 33 35 33 22
Corpsenmouvement72@gmail.com



Où ?

A L'HOMME

Salle des fêtes de
Lhomme

Coût ?

GRATUIT

Dates ?

Du 08 octobre au 18
février 2027

Faites un pied de nez aux chutes, L'âge du bon côté, consolider son autonomie, sa condition physique et son équilibre par l'activité physique adaptée

Avec le soutien de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Sarthe

¹ PROGRAMME EQUILIBRE ET PREVENTION DES CHUTES



PROGRAMME EQUILIBRE¹

16 séances gratuites

Du 07 octobre 2026 au 17 février 2027

Pour qui ?

Pour toute personne
de 60 ans et plus

Quand ?

Les mercredis

de 10h à 11h30

Réunion
d'information ?

Mercredi 30 septembre
à 10h



Renseignements et inscription
Corps en Mouvement 06 33 35 33 22
Corpsenmouvement72@gmail.com



Où ?

Salle de la Mairie
de

VILLAINES-sous-Lucé

Coût ?

GRATUIT

Dates ?

Du 7 octobre au
17 février 2027

Faites un pied de nez aux chutes : L'âge du bon côté, consolider son autonomie, sa condition physique et son équilibre par l'activité physique adaptée 😊

Avec le soutien de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Sarthe

¹ PROGRAMME EQUILIBRE ET PREVENTION DES CHUTES



PROGRAMME EQUILIBRE¹

16 séances gratuites

Du 28 septembre 2026 au 1er février 2027

Pour qui ?

Pour toute personne
de 60 ans et plus,

Quand ?

Les lundis

de 10h45 à 12h15

Réunion
d'information ?

LUNDI 21 septembre à
11h



Renseignements et inscription
Corps en Mouvement 06 33 35 33 22
Corpsenmouvement72@gmail.com



Où ?

LUCEAU

Salle du béguinage
Route de l'entre deux
chemins
2 allée des violettes

Coût ?

GRATUIT

Dates ?

Du 28 septembre
au 01 février 2027

Faites un pied de nez aux chutes : L'âge du bon côté, consolider son autonomie, sa condition physique et son équilibre par l'activité physique adaptée 😊

Avec le soutien de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Sarthe

¹ PROGRAMME EQUILIBRE ET PREVENTION DES CHUTES

