

Exercices sur chaise

Bougez en toute sécurité
dans le confort de
votre résidence.



Mardi à 15 h 45*
Mercredi à 8 h
Samedi à 15 h 30
Dimanche à 7 h 15

À compter
du 26 octobre

Chaîne MAtv, position 9 (HD 609)

* sous réserve de modification lors d'un conseil municipal

Vous aurez besoin :

- d'une chaise solide appuyée au mur (évitez les chaises berçantes);
- de vêtements confortables.