Publié sur *Château-Thierry* (https://www.chateau-thierry.fr)






Jeudi 24 Avril 2025 - 14:00

**À partir du 25 avril et jusqu'au 18 décembre, un atelier de gymnastique douce et de prévention des chutes est proposé chaque jeudi de 14h à 16h au Palais des Rencontres.**

Destiné aux personnes de 55 ans et plus, cet atelier vise à renforcer l'équilibre, entretenir la mobilité et adopter les bons gestes pour prévenir les risques du quotidien.

L'inscription est obligatoire. Pour participer, vous pouvez contacter Karine Jacques par téléphone au 07 85 72 65 34 ou par mail à l'adresse karine.jacques@ville-chateau-thierry.fr.

**Emplacement :**
Palais des Rencontres 02400 Château-Thierry

**Repères :**

**L'inscription est obligatoire.**

**Contact :**

**Pour participer, vous pouvez contacter Karine Jacques par téléphone au 07 85 72 65 34 ou par mail à l'adresse karine.jacques@ville-chateau-thierry.fr.**

**Source URL:**https://www.chateau-thierry.fr/agenda/atelier-gymnastique-douce-prevention-des-chutes