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






Mardi 3 Septembre 2024 - 09:00 - 17:15

## COMPLET

**Vous avez 65 ans ou plus ? Vous êtes domicilé.e.s à Château-Thierry ? La journée du 3 septembre 2024 est faite pour vous !**

Venez prendre soin de vous grâce aux différentes activités organisées par le CCAS au Centre social La Rotonde.

9h à 10h : Gymnastique douce
10h à 11h30 : Yoga

14h à 16h : Massage assis
16h15 à17h15 : Sophrologie

**Emplacement :**
Centre socio-culturel La Rotonde
3 Rue Robert Lecart, 02400 Château-Thierry
02400 Château-Thierry

**Repères :**

**COMPLET**

**Place limitées,** inscription obligatoire ( avant le 12 août )
auprès de Ludivine Nortain, Coordinatrice séniors
07 85 72 65 34

**Contact :**

**Centre Communal d'Action Social (CCAS)**
Ludivine Nortain, Coordinatrice séniors
07 85 72 65 34

**Source URL:**https://www.chateau-thierry.fr/agenda/prendre-soin-de-soi-1