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