



- Fédération Multisports, spécifiquement dédiée aux seniors, agréée par le Ministère chargé des sports, comptant plus de 85 700 adhérents
- Reconnue par un décret du 04/11/2008
- Objectif, pratiquer un sport pour conserver son capital santé, dans une pratique adaptée à l'âge et à la forme des séniors
- Une pratique de loisirs sans esprit de compétition, encadrée par des animateurs bénévoles formés par notre Fédération, avec une seule licence et assurance.



Retraite Sportive de Breuillet et sa Région

Tél : 06 08 93 39 95

mail : rsbreuillet@outlook.fr

<http://retraitesportivebreuillet.org>

..... du sport pour les seniors à partir de 50 ans.



- . Vous êtes senior actif.
- . Vous voulez garder la forme
- . Vous recherchez de nouveaux centres d'intérêt et de nouveaux amis

REJOIGNEZ-NOUS

- Des activités physiques adaptées aux seniors
- Des séjours de loisirs sportifs
- des possibilités de vous investir comme animateur



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Matin	11H15 Aquagym	10H Swin-Golf Information par mail	8H30 Gymnastique 1 Gymnase 9H30 Gymnastique 2 Gymnase 9H30 SMS Moulin 11H00 Relaxation Moulin	11H15 Aquagym	9H30 Marche Nordique 9H30 Gym douce 1 Gymnase 10H30 Gym douce 2 Gymnase 11H Hatha Yoga Moulin
Après-Midi	14H Danse 1 Moulin 15H Danse 2 Moulin 16H15 Tai-Chi Moulin	13H30 Rando Information par mail	12H30 Aquagym	13H30 Balade Information par mail 13H45 Cyclotourisme	14H Gym cérébrale La Badaudière

TARIFS

Licence, compris assurance : 42€/an

Cotisation par activité : 10€/an

Aquagym : 150€/an (payable en 3 fois)



Vive le sport



RSBR – Retraite Sportive de Breuillet et sa Région
42, Grande Rue – 91650 BREUILLET

tél 06 08 93 39 95 - Mail : rsbreuillet@outlook.fr

site : <http://retraitesportivebreuillet.org>

