



ACTIV'MEMOIRE ACTIVITE de « MAINTIEN EN FORME »



ANIMATRICES



REFERENTE
Annick FOURNIER
06 19 78 31 22
annick.fournier@a4s85.org



Dominic THEVENIN
06 48 54 02 27
Dominic.thevenin@a4s85.org



Geneviève ARNAUD
06 52 92 30 07
genevieve.arnaud@a4s85.org



Danuta SOLOHUB
06 20 84 32 06
Danuta.solohub@a4s85.org



Odile BOLZER
06 09 37 37 26
Odile.bolzer@a4s85.org



Il s'agit d'une nouvelle activité qui permet l'activation des fonctions cognitives tout en développant l'ensemble des capacités physiques.

« **Activ'mémoire**, les activités physiques et sportives au service de la mémoire ». Il s'agit d'une nouvelle activité qui permet l'activation des fonctions cognitives tout en développant l'ensemble des capacités physiques. (FFRS)

CONSEILS

Pour les séances, il est conseillé de porter des vêtements souples qui permettent une grande amplitude de mouvement et de l'aisance ; et des chaussures de sport souples. Pensez à apporter une bouteille d'eau.