

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORS'ENSEMBLE

PILATES PLEIN AIR GRANGES

Femmes et hommes 60+

Mardi 9h - 10h

14 et 21 juillet

4 et 11 août

avec Jamila Jiber

RDV Rte de la Léchère 51

Gratuit

Nouveaux cours de Pilates et de yoga 60+ à Granges
dès septembre 2026 ! Informations : Pro Senectute Fribourg
026 347 12 93 / sportetformation@fr.prosenectute.ch
www.fr.prosenectute.ch



Ce cours est subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales, car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.