



PRÉSENTE

# GYM BIEN-ÊTRE

LA THÉRAPIE SANTÉ PAR LE MOUVEMENT

le jeudi de 15h30 à 16h30

avec **Muriel**,  
coach sportive diplômée



**Démarrage**  
le jeudi 28/09

**Inscription**  
le jour même  
ou après 2 séances  
d'essai

ADAPTÉE À TOUTES LES CONDITIONS PHYSIQUES

S'adresse à tous et aux personnes concernées  
par des pathologies figurant sur la liste des  
**Affections de Longue Durée 30 (ALD30) :**

Diabète de  
type 1 et 2

Cancer du sein, colorectal  
ou de la prostate

Maladie coronaire  
stabilisée

Troubles  
musculosquelettiques

Artérite des membres  
inférieurs

et souffrant de limitations fonctionnelles  
modérées ou légères, d'obésité

Covid long...

Bronchopneumopathie  
chronique obstructive (BPCO)

UNE ACTIVITÉ LABELLISÉE PRESCRI' MOUV DANS LE CADRE SPORT SUR ORDONNANCE

Les autres  
activités proposées :

avec **Jockha,**  
**Aziz et**  
**Sylvie**

**Hip-Hop à partir de 8 ans**  
vendredi à 17|18h00 et 19h00

**Stretching et Pilates**  
lundi de 18h45 à 19h45

**Marche Nordique**  
lundi de 14h00 à 16h00

**Reprise**  
la semaine du 11/09

**Inscription**  
sur place, 2 séances d'essai

HIP-HOP - STRETCHING ET PILATES - MARCHÉ NORDIQUE

À LA GRANDE SALLE DU MUHLBACH  
**ESCHENTZWILLER**

POUR TOUT RENSEIGNEMENT :  
CONTACTEZ JANINE GIRARD  
06 72 44 97 76