

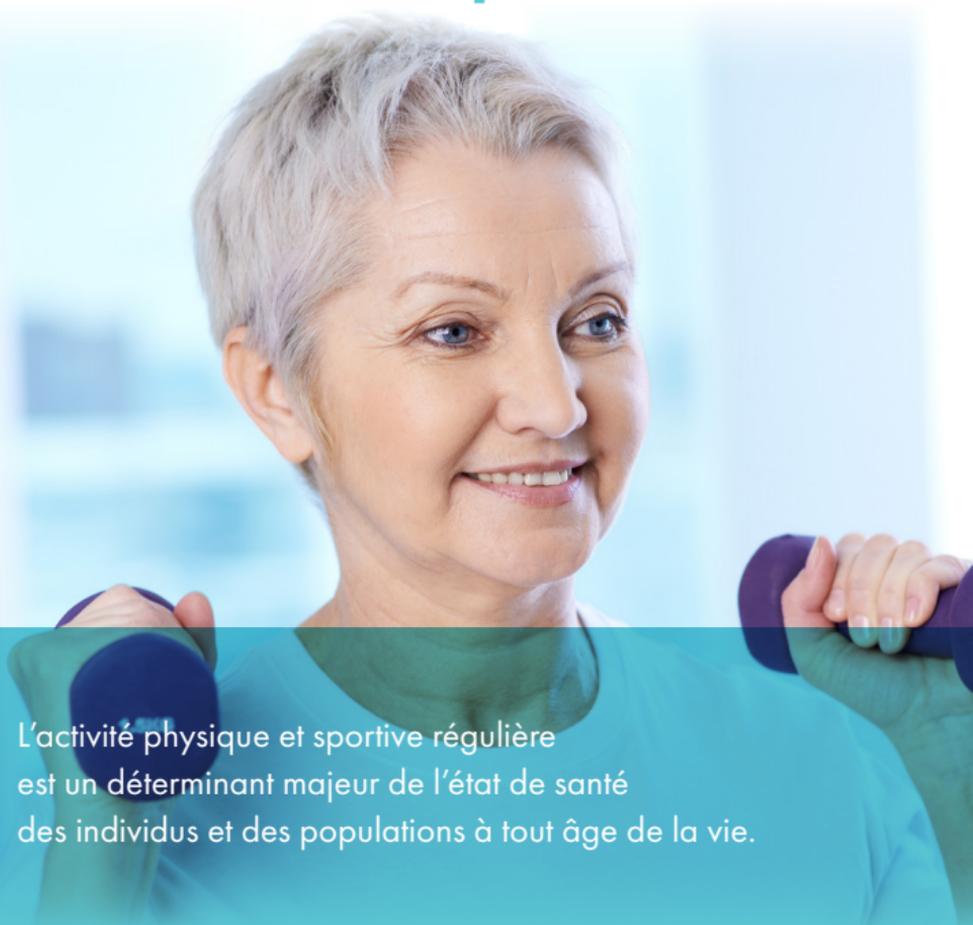
# IMAPAC

## *Senior*



**INITIER ET MAINTENIR UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE  
ADAPTÉE AVEC UN CANCER APRÈS 60 ANS**

# ...Pour vous sentir mieux et maintenir votre équilibre !



L'activité physique et sportive régulière est un déterminant majeur de l'état de santé des individus et des populations à tout âge de la vie.

## RENSEIGNEZ-VOUS AUPRÈS DE L'UN DES ÉTABLISSEMENT PROPOSANT DES SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE AUX SÉNIORS :

**Gym douce, Circuit training**  
**Séances collectives ou domicile**

### **Calvados :**

Siel Bleu - Julien SAVATON 06 65 81 31 19

CRF de Deauville ou CAPA'S - Sandrine GORON 07 68 17 96 40

### **Eure :**

Siel bleu - Johan HAUTOT 06 46 69 67 63

### **Orne :**

Maison Sport Santé de l'Orne - Antoine MERCIER 06 36 22 70 48