Fos-sur-mer

APA A DOMICILE
5 séances à domicile gratuites pour prévenir les chutes

❑Prévisionnel des activités Sport Santé en 2026-27

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN	SSBE **Foot en marchant** 9H30-10H30 Salle de l'allée des pins APA Personnalisée **ONCO SPORT** 10H-11H Maison de la mer	APA Personnalisée **MAMAN EN FORME** 10H45-11H45 Maison de la mer		APA Personnalisée **FOS EN FORME** 9H-10H30 Maison de la mer	
APRES-MIDI		APA Personnalisée **BEHPAD OPEN** 14H-15H30 Les Jardins du Mazet SSBE **Forme et Ping** 16H30-17H30 Gymnase la jonquière	SSBE Séniors **BEPAP** 14H-15H30 Maison de la mer SSBE **Renforcement musculaire** 18H30-19H30 Maison de la mer	SSBE Séniors **BOUGER ÂGE SUR PRESCRIPTION** 14H-15H Maison de la mer SSBE Séniors **BOUGER ÂGE SUR PRESCRIPTION** 15H-16H Maison de la mer	Permanence sport santé 14H-17H Maison de la mer SSBE **Boxe Santé** 18H30-19H30 Salle de boxe des Carabins

Cours collectifs à effectif réduit, le contenu est adapté à chaque personne du groupe

Cours collectifs de type Bien-Etre, les bénéficiaires s'adaptent au niveau général du groupe