



Seniors, reprise des activités

Avec de la nouveauté :

RANDONNEES « Entre Lac et Mont-Gibloux, dès le 9 septembre 2013 avec la monitrice Fabienne Morard 026 915 36 04 ou 078 925 35 52. Ces randonnées durent entre 2 et 2h30.

NORDIC WALKING à Bulle dès le 3 septembre, départ à l'entrée de la forêt de Bouleyres avec la monitrice Françoise Etter 026 912 39 08 ou 079 548 66 26.

Et toujours :

DANSE TRADITIONNELLE INTERNATIONALE, vous aimez danser en groupe, la musique et la convivialité ? alors entrez dans la danse dès le mercredi 2 octobre de 13h45-15h15 à Bulle au bâtiment des sociétés.

BAINS THERMAUX A LAVEY, un bus viendra vous chercher à Bulle tous les 15 jours dès le lundi 23 septembre. Départ à 12h40 du parking de la Migros.

GYM douce ou de maintien ou Body sculpt modern dans plusieurs salles du district de la Gruyère.

Venez découvrir et partager les plaisirs de **l'AQUARELLE** dès le lundi 7 octobre.

FELDENKRAIS à Bulle dès le jeudi 19 septembre de 9h00 à 10h00 – **YOGA** à Bulle tout niveau dès le mercredi 11 septembre de 9h30 à 10h30.

**Et bien d'autres nouveautés dans notre Nouveau Programme d'activités
disponible de suite**

Renseignements - Inscriptions :

Pro Senectute Fribourg, ☎ 026 347 12 40 - www.fr.pro-senectute.ch - info@fr.pro-senectute.ch