

nouveau  
**QI GONG**



# Ateliers Séniors 2025/2026

Le CCAS d'Issenheim vous propose un atelier Qi Gong pour les séniors, animé par Myriam MARTEL, à la salle à vocation sportive, 2 rue Robert Hasenfratz à Issenheim, les vendredis de 9h à 10h30 suivants :

- 12 septembre 2025
- 19 septembre 2025
- 26 septembre 2025
- 3 octobre 2025
- 10 octobre 2025
- 17 octobre 2025
- 7 novembre 2025
- 14 novembre 2025
- 28 novembre 2025
- 5 décembre 2025
- 12 décembre 2025
- 19 décembre 2025
- 9 janvier 2026
- 16 janvier 2026
- 23 janvier 2026
- 30 janvier 2026
- 6 février 2026
- 13 février 2026
- 6 mars 2026
- 13 mars 2026
- 20 mars 2026
- 27 mars 2026
- 10 avril 2026
- 22 mai 2026
- 29 mai 2026
- 5 juin 2026
- 12 juin 2026
- 19 juin 2026
- 26 juin 2026
- 3 juillet 2026

**Prix :** un règlement par chèque de 120 € à l'ordre du Trésor Public pour toute l'année (30 séances).

Certificat médical obligatoire.



# GYM DOUCE & GYM SUR CHAISE

Le CCAS d'Issenheim vous propose une activité gymnastique pour séniors et tous publics, animés à la salle à vocation sportive, 2 rue Robert Hasenfratz à Issenheim, **les jeudis après-midi suivants** :

- 18/09/2025
- 25/09/2025
- 2/10/2025
- 9/10/2025
- 16/10/2025
- 6/11/2025
- 13/11/2025
- 20/11/2025
- 27/11/2025
- 4/12/2025
- 11/12/2025
- 18/12/2025
- 8/01/2026
- 15/01/2026
- 22/01/2026
- 29/01/2026
- 5/02/2026
- 12/02/2026
- 5/03/2026
- 12/03/2026
- 19/03/2026
- 26/03/2026
- 2/04/2026
- 9/04/2026
- 30/04/2026
- 7/05/2026
- 14/05/2026
- 21/05/2026
- 28/05/2026
- 4/06/2026
- 11/06/2026
- 18/06/2026
- 25/06/2026
- 2/07/2026

Ces ateliers seront animés par Antoinette MULLER (Ani'MA), intervenante diplômée et se dérouleront sur les créneaux suivants :

**14h/15h15**  
Gymnastique douce  
et relaxation

**15h15/16h30**  
Gymnastique sur  
chaise et relaxation

**Prix** : un règlement par chèque de 110 € à l'ordre du Trésor Public pour toute l'année (34 séances).