

**Gratuit**



# **Libre De Bouger**

## **Le Programme Sport Santé Personnalisé**

Découvrez des séances  
d'activité physique  
personnalisées en fonction de  
votre condition physique.

Inscription sur le site :  
[www.libredebouger.fr](http://www.libredebouger.fr)

Au programme 6 semaines d'exercices variés ludiques et adaptés

**Rejoignez le Mouvement**