

Vendredi sport-santé à Villars-sur-Glâne

Date	Activité 15h30 - 16h45	Moniteur·trice
06.11.2026	Flowenergy	Manon Gessner
13.11.2026	Danses latines	Barbara Brügger
20.11.2026	Gymnastique	Florence Dousse
27.11.206	Baseball adapté & jeux d'adresse	Fribourg Guardians
04.12.2026	Flowenergy	Manon Gessner
11.12.2026	Gymnastique	Barbara Brügger
18.12.2026	Zumba	Karina Arnold

Dès 17h : on se retrouve autour du petit bar en haut des gradins pour un moment convivial et chaleureux.

Informations : Pro Senectute Fribourg

026 347 12 93 / sportetformation@fr.prosenectute.ch



Ces cours sont subventionnés par l'Office fédéral des assurances sociales, car ils favorisent tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.