

# OSEZ BOUGER

Une **maladie**, un **handicap** a modifié votre motricité...

L'association **Solidaires en Mouvements** vous propose des activités physiques spécifiquement pensées pour les **mal-marchants**.

- Atelier « Motricité consciente »
- Atelier « Gym Accessible »
- Atelier « Douce Danse »

Chaque **Vendredi** de **11 H à 12 H**.  
MJC du chemin Vert  
1 rue d'Isigny 14000 CAEN  
Renseignements et inscriptions :  
email : [solidairesenmouvements@gmail.com](mailto:solidairesenmouvements@gmail.com)  
site : [www.solidairesenmouvements.fr](http://www.solidairesenmouvements.fr)  
Téléphone : 06 38 81 95 13