



# GYM DOUCE 2021-2022

Vous souhaitez pratiquer une Activité Physique Adaptée ,  
le Réseau Neuro Centre propose des groupes de gym douce réservés aux  
personnes atteintes de Sclérose En Plaques ou de la maladie de Parkinson.

## Ateliers « découverte »

(12 séances)

Tarif : 25 €

### Vendôme (41)

vendredis de 16h30 à 17h30  
Du 17 septembre 2021  
au 17 décembre 2021

### Romorantin (41)

mercredis de 10h15 à 11h15  
Du 01 octobre 2021  
au 17 décembre 2021

### Amboise (37)

Mercredis de 10h30 à 11h30  
Du 12 janvier 2022  
au 30 mars 2022

### Groupe en visio

Jeudis de 10h30 à 11h30  
Du 13 janvier 2022  
au 31 mars 2022

### Bourges (18)

Jeudis de 10h30 à 11h30  
Du 12 janvier 2022  
au 30 mars 2022

### A venir :

Vierzon (18), Gien (45),  
Chartres (28)

## Cours à l'année

(de septembre 2021 à juin 2022)

Tarif : entre 120 € et 135€ l'année (possibilité de rejoindre le groupe en cours d'année)

### Châteauroux (36)

Les mardis de 10h30 à 12h

### Saran (45)

Les lundis de 10h à 11h

### Loches (37)

Les mercredis de 10h30 à 11h30

### Joué Les Tours (37)

Les lundis de 9h à 10h30 (debout)  
Les lundis de 10h30 à 12h (assis)

### Bourges (18)

Les jeudis de 9h30 à 10h30

### Châteaudun (28)

Les mercredis de 17h à 18h

### St Jean de Braye (45)

Les lundis de 15h à 16h (debout)  
Les Mercredi de 11h à 12h (assis)

### Blois (41)

Les jeudis de 17h30 à 18h30

### Tours (37)

Les lundis de 14h à 15h

Pratique nécessitant une prescription médicale d'Activité Physique Adaptée  
Informations (dates, lieux, horaires, tarifs ...) disponibles sur le site du réseau

<https://www.reseauneurocentre.fr/actualites/>

**Pour s'inscrire,**  
contacter le Réseau Neuro Centre  
**02 47 77 06 45**  
[contact@reseauneurocentre.fr](mailto:contact@reseauneurocentre.fr)

