

Classes d'exercices gratuites pour adultes 55+

Gardez L'équilibre



18 semaines de sessions d'exercices et d'éducation en français pour aider à prévenir les chutes et améliorer votre équilibre qui permet de continuer à vivre une vie saine et indépendante

Nos sites: Welland, St Catharines

Pour plus d'informations et pour vous inscrire:

Jini Joo, 905-734-1141, poste 2251 ou exercise@cschn.ca

