

# WALLER Estiraments



## per a la gent gran

***Vols millorar la teva mobilitat? Et proposem fer estiraments.***

**Dimecres i divendres, de 16 a 17h,  
a la Societat.**

**Del 15 de setembre de 2021 al 24 de juny de 2022**

**GRATUÏT**

*Millora la teva mobilitat, flexibilitat, agilitat i coordinació de moviments per mitjà de senzills exercicis. Només calen ganes de passar-ho bé, i calçat i roba còmoda. T'hi esperem!!!*

**Per a més informació i/o inscripcions trucar a l'Ajuntament.**



AVINYONET DE  
PUIGVENTÓS  
AJUNTAMENT



**Dipsalut**  
Organisme de Salut Pública  
de la Diputació de Girona