



# AQUA-FITNESS 60+

BILLENIS • HFR

INSCRIPTION ET  
RENSEIGNEMENTS

Pro Senectute  
Fribourg

Passage du  
Cardinal 18  
1700 Fribourg

026 347 12 93

**PRO  
SENECTUTE**

PLUS FORTS ENSEMBLE



erwachsenensport schweiz  
sport des adultes suisse  
sport per gli adulti svizzera

sportetformation  
@fr.prosenectute.ch

[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)

## Informations générales

Gym aquatique dans l'eau chaude pour rester en forme ! Idéal pour les seniors. Vous entraînez votre force et votre condition physique, et renforcez la musculature du plancher pelvien.

Température de l'eau : 32°

Lieu : HFR, Route de l'Hôpital 1  
1681 Billens-Hérens

Jour et horaire : mardi, de 12h30 à 13h15

Dates 2023 : du 07.02 au 04.04.2023 puis nouvelles dates

Numéro de cours : 18988

Prix : CHF 19.- / leçon soit CHF 152.- les 8 leçons

Matériel nécessaire : chaussettes antidérapantes ou chaussures de bain

Monitrice esa : Evguenia Favre




## Informations et inscriptions :

Pro Senectute Fribourg

Passage du Cardinal 18 – 1700 Fribourg

026 347 12 93 / [sportetformation@fr.prosenectute.ch](mailto:sportetformation@fr.prosenectute.ch)

[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)

 Ce cours est subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.