

ATELIER SENIORS

SELF DÉFENSE

Vous avez plus de 60 ans ?

Venez découvrir des gestes simples de self défense pour améliorer votre équilibre, votre sécurité et votre confiance en soi.



DÈS LE 6 FÉVRIER 2026
de 10h à 11h

AGORA Loir et Bercé,
Salle Jaune, 1er étage,
2 place Clémenceau
72500 Montval-sur-Loir

Un service de transport payant est possible pour se rendre à cette activité.



Julie Fortin :
07 76 39 23 81 - seniors.cslb@gmail.com
AGORA Loir et Bercé
02 43 44 67 67 - cslb2@wanadoo.fr
2 place Clémenceau -
Chateau-du-Loir 72500 Montval-sur-Loir



LES SÉANCES DE 10H00 À 11H00

Animées par Anthony Allard

FÉVRIER

Vendredi 06
Vendredi 13
Vendredi 27

MARS

Vendredi 06
Vendredi 13
Vendredi 20
Vendredi 27

AVRIL

Vendredi 03
Vendredi 10
Vendredi 17
Mercredi 29

MAI

Mercredi 06
Mercredi 13
Vendredi 22
Vendredi 29

JUIN

Vendredi 05
Vendredi 12
Vendredi 19
Vendredi 26

JUILLET

Vendredi 03
Vendredi 10
Vendredi 17

Tarifs pour les 22 séances

QF 0 à 530	QF 531 à 700	QF 701 à 900	QF 901 à 1100	QF 1101 à 1300	QF 1301 à 1500	QF 1501 à 1701	QF 1701 à 1900	QF 1901 et + Et hors CC*
33€	38,50€	44€	49,50€	55€	60,50€	66€	71,50€	77€

*Quotient familial calculé à partir de votre feuille d'imposition ou d'une attestation CAF



Julie Fortin :
07 76 39 23 81 - seniors.cslb@gmail.com
AGORA Loir et Bercé
02 43 44 67 67 - cslb2@wanadoo.fr
2 place Clémenceau -
Chateau-du-Loir 72500 Montval-sur-Loir

