

# GRANDS PARENTS & PETITS ENFANTS (03/13 ans)



Cap APA  
Santé

# 16 ; 18 & 19 FEVRIER

## 14H00 -17H00

Stage d'activité physique grands-parents & petits-enfants

1h15 d'activité séparée :



Côté grands-parents :

Ateliers d'équilibre

Renforcement musculaire

Assouplissements



Côté petits-enfants :

Parcours de motricité

Jeux de raquette

Jeux de précision

## PAUSE GOÛTER (tiré du sac)



1h15 d'activité collective :

Jeux de raquettes

Jeux de précision

Concours grands-parents/petits enfants

Stage complet : 60€ la paire, 8€ par personne supplémentaire par jour (2<sup>ème</sup> grand-parent, 2<sup>ème</sup> petit-enfant ...). Participation à la journée : 25 €/paire.

contact@capapasante.org | 03.63.08.51.59 | 06.40.97.45.11

Cap APA Santé, Maison Sport santé de l'Association le Don Du Souffle

1 esplanade pr François Barale 25000 Besançon



Association  
le Don  
Du Souffle

