

ACTON CALENDRIER DES EXERCICES

Clinique	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Ebenezer United Church 12274 Guelph Line Campbellville, Ontario L0P 1B0 Pour plus d'information contactez: 1-877-696-1620	9:00 AM - 10:00 AM Exercice - Danse assise		9:00 AM - 10:00 AM Exercice : faites le plein		
	10:00 AM - 11:00 AM Prévention des chutes		10:00 AM - 11:00 AM Prévention des chutes		
	11:00 AM - 12:00 PM Exercice - Yoga assis		11:00 AM - 12:00 PM Exercice - Danse assise		

☆ Accepter les participants de la communauté

**Hillsview
Active Living
Centre Acton**

415 Queen St.
Acton, Ontario
L7J 2L8

Pour plus
d'information
contactez: [1-
877-696-1620](tel:1-877-696-1620)

☆ **Accepter les
participants de
la communauté**

1:00 PM - 2:00
PM
Prévention des
chutes

2:00 PM - 3:00
PM
Exercice - Le
mouvement
compte

3:00 PM - 4:00
PM
Ostéoporose

1:00 PM - 2:00
PM
Prévention des
chutes

2:00 PM - 3:00
PM
Exercice - Le
mouvement
compte

3:00 PM - 4:00
PM
Ostéoporose