

## ACTON CALENDRIER DES EXERCICES

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