

Pour garder la forme

Une des recettes pour garder la forme, c'est de venir les vendredis, de 19 heures à 20 heures, au foyer des jeunes. Là, Marie-Odile, animatrice du club des Isards de La Barguillère section gym, vous prodiguera les conseils, les bons gestes... le tout dans une ambiance conviviale. C'est ce qu'ont choisi une trentaine de participants qui ont interrompu leurs efforts pour poser pour la photo.



Le groupe de gym volontaire./Photo DDM.