

*Les rencontres-santé de la Mutualité Française  
Pays de la Loire*

## **Web atelier : Une rentrée douce et tonique « Cardio bien-être pour tous »**

***Lundi 07 Septembre de 12h à 13h***

Pour une rentrée en pleine forme, rien de tel que cet atelier Cardio qui vous permettra de retrouver, sans forcer, le plaisir et les bienfaits de l'activité physique.

Cet atelier fait partie d'un cycle complet progressif composé de 6 séances.

[Informations ici](#)

Contact : [marion.revollon@mfpl.fr](mailto:marion.revollon@mfpl.fr) / 06 64 42 14 88

[S'inscrire ici](#)

***Pour suivre les ateliers, l'accès à TEAMS est nécessaire. Si vous n'avez pas accès à Teams, merci de le préciser lors de votre inscription !***