

Renseignements : tel. 05 41 42 12 77.



Un espace fitness

Déjà lieu ouvert et lieu de partage, le foyer-logement Voltaire Leclercq s'ouvre encore un peu plus vers le quartier avec son nouvel espace fitness installé devant la résidence, à la disposition des personnes âgées, mais aussi des voisins, jeunes et adultes. Les sept agrès (body ski de fond, marcheur double, disques taïchi, barres parallèles, tripode, etc.) permettent de faire travailler les muscles des épaules ou des cuisses, de développer l'amplitude articulaire, de garder la forme. Dans la continuité des ateliers de gymnastique douce et de prévention des chutes, cet espace favorise la pratique d'une activité physique, ce qui permet aux personnes âgées de garder leur autonomie.