

**Pratiquez une activité
physique en douceur,**
pendant votre grossesse
ou avec votre enfant*



Vous êtes enceinte ou votre enfant est encore petit* et vous souhaitez pratiquer une activité physique en douceur ?

Le Département de Loire-Atlantique vous propose de rejoindre d'autres parents pour bouger avec et sans votre enfant. L'occasion de se dépenser, de partager un moment ludique et d'échanger avec d'autres parents.

■ 12 séances sont organisées les jeudis durant l'année scolaire 2026-2027 :

17 septembre • 1^{er} octobre • 15 octobre • 5 novembre • 19 novembre •
3 décembre • 17 décembre • 11 mars • 25 mars • 8 avril • 13 mai • 27 mai

De 9h45 à 11h15 sur le secteur de Vallet / Le Loroux-Bottereau
(le lieu sera précisé au moment de l'inscription).

Gratuit sur inscription.

Ces séances sont encadrées par des éducateurs sportifs
et des travailleurs médico-sociaux.

■ Renseignements et inscriptions

Pour le secteur de Vallet :

02 40 33 96 19 ou eds.vallet@loire-atlantique.fr

Pour le secteur du Loroux-Bottereau :

02 76 64 25 00 ou eds.lelorouxbottereau@loire-atlantique.fr

**de 2 mois à 3 ans*



DÉPARTEMENT DE LOIRE-ATLANTIQUE

Délégation Vignoble

Service développement local

2 cours des Marches de Bretagne - 44190 Clisson

Tél. 02 40 99 10 00

Courriel : contact@loire-atlantique.fr

Site internet : loire-atlantique.fr