



Association des Diabétiques  
de Côte d'Or

## ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES EN CÔTE D'OR

Lundi - 10h / 11h 30 - Gymnastique adaptée - Montbard

Mardi - 10h / 11h 30 - Aquagym adaptée - Piscine de MONTBARD.

Mardir - 13h30 / 15h - Gymnastique adaptée - CHATILLON

Vendredi - 14h / 15h 30 - Aquagym adaptée - Piscine de MONTBARD

Vendredi — 9h15 / 10h 45 - Gymnastique adaptée - SAULIEU

Vendredi - 14h Randonnée pédestre - « Marche avec