

Les cours de gym à la TV prolongés en 2021

Sportifs de salon, préparez-vous! Pro Senectute Arc jurassien annonce la prolongation de ses cours de gym télévisés destinés aux seniors pour toute l'année 2021. Le programme «Ça bouge à la maison» continuera ainsi d'être diffusé sur Canal Alpha, ainsi que sur d'autres télévisions locales. Ces cours vont même être désormais traduits en dialecte, pour les gymnastes de la région de Bienne et du Seeland.

Ces cours de 45 minutes, toujours animés par Fanny et Lucas, seront désormais diffusés chaque jour du lundi au samedi, à 10 heures du matin. Afin de proposer des cours plus variés, Pro Senectute précise qu'un ballon et une bande élastique seront désormais nécessaires pour pouvoir faire tous les exercices proposés.

L'association propose un tel équipement au prix de 20 francs (ou 40 francs pour ceux dé-



Le moniteur Lucas en train de donner l'un des cours de «Ça bouge à la maison».

ARCHIVES CHRISTIAN GALLEY

sirant soutenir le programme), commandable auprès de Pro Senectute au 032 886 83 20 ou via son site internet. **MAH**