

# Pour rester au top de votre forme



Entraînez-vous régulièrement, avec nos  
cours et exercices.

[equilibre-en-marche.ch](https://equilibre-en-marche.ch)

**bfi  
bpa  
upi**

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera