

SEGOUFIELLE - Reprise des cours de gymnastique



SEGOUFIELLE - Reprise des cours de gymnastique

Gymnastique de Ségoufielle

Après l'été, les séances reprennent dès le **mardi 12 septembre 2017** à la salle des associations.

Le mardi :

10h30/11h30 Gym Fitness suivi de gym douce (méthode Pilates et stretching, gym ball...)

20h00/21h00 Gym tonique, abdos, fessiers, steps...

Le jeudi:

20h15/21h15 Gym tonique, abdos, fessiers, steps...

1 cours : 90€ //l'année – 2 cours : 150 €//l'année (paiement x 2 chèques donnés lors de l'inscription -15% membres d'une même famille)

1 cours d'essai offert – Gym pour adultes

Infos au 05 62 07 18 91 – christinevillain@yahoo.fr