

Les cours de gymnastique reprennent



Les cours de gymnastique reprennent

Après quelques mois de pause, l'association de gymnastique ADLA, vient d'accueillir un nouveau professeur qui assurera les cours de fitness ainsi que de hatha yoga, à partir du mois de janvier.

Les cours auront lieu au Foyer municipal. Le hatha yoga traditionnel est programmé tous les mercredis de 19 h 15, et débiteront mercredi 10 janvier.

Pour le fitness, les cours sont tous les jeudis à 19 h 15, et débiteront jeudi 11 janvier. L'association rappelle que toutes les personnes peuvent la rejoindre quels que soient le niveau et l'âge.

Les inscriptions au hatha yoga se font auprès de Dan au 06 44 16 40 69

et pour le fitness auprès de Régine au 06 73 19 28 36.