

Vous propose

Salle Polyvalente de Landas

A partir du Lundi 10 Septembre 2018 :

6 cours de sport prodigués par nos 2 profs diplômées :

- ✓ Le lundi de 19h00 à 20h00, cours de **gym tonique**,
- ✓ Le lundi de 20h00 à 21h00, cours de **step** (location de step possible),
- ✓ Le mardi de 09h30 à 10h30, cours de **gym d'entretien**,
- ✓ Le mercredi de 19h00 à 20h00, cours de **gym tonique**,
- ✓ Le jeudi de 09h30 à 10h30, cours de **stretching**,
- ✓ Le vendredi de 18h45 à 19h45, cours d'**aérobic** (LIA Hi-Low).

Inscriptions : A la salle polyvalente **les 04 et 05 septembre 2018**
De **18h30 à 20h00** (certificat médical obligatoire).

Tarifs : 75 € par an par adulte,
55 € par an par étudiant(e)

Possibilité d'une semaine d'essai (uniquement la première semaine)



Participez également aux cours de **Zumba** animés par Sophie
et parrainés par Vitaform !

Cours adultes: le mardi de 20h15 à 21h15

Cours enfants: le mercredi de 14h à 15h pour les 4-10 ans

(5€ règlement sur place à chaque cours)

Venez vous détendre dans une ambiance conviviale !

Contact:
Brigitte DELMOTTE
Port : 06.25.82.37.81
Fixe : 03.20.79.15.58