



vous propose

à la salle Polyvalente de Landas

A partir du Lundi 09 Septembre 2019,

7 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**,

NOUVEAU!

- ✓ Le mardi de 19h30 à 20h15, cours de **step débutant** (location de step possible),
- ✓ 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 à la salle polyvalente **les 03 et 04 Septembre 2019**
de **18h30 à 20h00** (certificat médical de moins de 3 ans obligatoire).

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

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

Venez vous détendre dans une ambiance conviviale !

Renseignements : Brigitte DELMOTTE
03.20.79.15.58 - 06.25.82.37.81
vitaformlandas@hotmail.fr

IPNS