



CORPS - CULTURE - BIEN-ÊTRE

Femmes

OCTOBRE 2018
à JUIN 2019

COURS de **Gym**
LE MARDI **Douce**

sauf période
VACANCES SCOLAIRES

avec Bernadette (diplômée)

de 10h à 11h

100 €*
à l'année

* Paiement en plusieurs fois possible

Exercices adaptés avec un travail sur toutes les parties du corps en le respectant selon les capacités de chacune. Le but est de maintenir ou retrouver sa souplesse, dénouer les tensions, etc...



CENTRE SOCIAL ET CULTUREL LAVIEU CENTRE-VILLE
1 place Baudelaire - 42400 SAINT-CHAMOND - 04.77.31.75.44