



CORPS - CULTURE - BIEN-ÊTRE

Femmes

**OCTOBRE 2019
à JUIN 2020**

Cours de ...

sauf période
VACANCES SCOLAIRES

ZUMBA 

LE MERCREDI
de 18h45 à 19h45

Sur des rythmes de musiques latines,
ENEZ BOUGER tout en vous amusant
(Salsa, Samba, Batchata, Méringué,
Rock, Jive, etc...)

Cette discipline sollicite toutes les parties
du corps et permet de tonifier
l'ensemble de la silhouette.

CONVIVALITÉ ASSURÉE !

Tenue décontractée, baskets,
serviette, eau...

Adhésion familiale 10 €
+ Inscription **OBLIGATOIRE**
Apporter un certificat médical

100 €* à l'année

* Paiement en plusieurs fois possible.
Possibilité de coupler avec la gymnastique
TOTAL BODY du lundi.
Tarif pour les 2 cours : 180 Euros

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