

NOUVEAUTÉ ! UN COURS DE GYMNASTIQUE DOUCE / STRETCHING DÉBARQUE À DUERNE

LES LUNDIS DE 18H15 À 19H15

Vous souhaitez reprendre une activité physique légère, améliorer votre souplesse / mobilité ou encore vous renforcer en profondeur ?

Tels sont les bienfaits de la gymnastique douce !

N'hésitez pas à vous inscrire aux cours collectifs pour la saison prochaine !

 30 cours d'une heure :
45 mins de gym douce + 15 mins d'étirements

 Salle des fêtes de Duerne

 6€50 par cours soit 195€ à l'année

Cours d'essai gratuit la semaine du 15 septembre (date à reconfirmer)

Si vous êtes intéressé(e) merci de me contacter :

Par téléphone : 06-18-65-93-06

Par mail : cellieralexis.lpps@gmail.com

ALEXIS CELLIER

Le Plaisir de la Pratique Sportive

