



La Gymnastique Volontaire de
St Jean de Soudain
vous propose,
à la rentrée 2019:



- * des cours adultes mixtes les mardi de 19H à 20H
Zumba, cardioboxe, pound, renforcement musculaire, steatching...
- * des cours enfants le mercredi matin de 10H à 11H
Multi-sports, danse, zumba...
- * des cours adultes mixtes le jeudi matin de 9H à 10H
Gym douce, renforcement du dos, équilibre...

Avec Katia, venez nombreux faire de la gymnastique comme activité de
loisirs et de bien être ,
le tout dans la joie et la bonne humeur!

DEDUT DES COURS LE MARDI 10 sept 2019

Renseignement au 06.72.26.21.03.

