



LE 25 MARS 2018

JOURNEE FITNESS

Salle des fêtes



9h/9h50 Marche Active avec Danielle

Ouvert à tous



10h/11h Renforcement musculaire

Valerie



QI-GONG
(CHI KONG)

11h/12h Qi-Gong

madeleine



12h/12h45 Step Intermédiaire

Valérie



13h30/14h15 Zumba kids

Stéphanie



14h45/16h45 Zumba Fitness

Valérie



Stéphanie



17h/18h Yoga/relaxation active

Claude

Petite restauration sur place **Ouvert à tous**

Prix journée 15€ ou demi journée 8€

Renseignement et inscription auprès de vos animateurs

Inscription : Journée OUI/NON

Demi journée OUI/NON

Nom :

Prénom :

Règlement : Chèque à l'ordre du CSA ou espèces

ipns