



reprise le 9 septembre

salle polyvalente Chambonas



PILATES

Mardi 12H15 / 13H15



GYM ADAPTÉE *

*remise en forme, équilibre, coordination, mobilité, posture, renforcement musculaire...

Mardi 17H / 18H



RENFO/CARDIO

Mardi 18H15 / 19H15



plus d'infos auprès de CORINNE*

06 11 13 67 64

*coach Pilates et Activité Physique Adaptée certifiée