

EVOLUTION GYM



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

LE LUNDI 18H30-19H30

SALLE DES DAMES

AVEC GUILLAUME PERIE

PILATES

LE MARDI 9H-10H

SALLE DES DAMES

LE JEUDI 9H-10H

SALLE DES DAMES

AVEC CATHY NYGREN

CARDIO TRAINING

LE JEUDI 18H30-19H30

PALAIS DES CONGRES

AVEC GUILLAUME PERIE

GYM DOUCE

LE MARDI 16H-17H

SALLE DES DAMES

AVEC CHRISTOPHE LEHERISSE : GYM VOLONTAIRE

SPORT SANTÉ, RENFO ASSOUPPLISSEMENTS

STRETCHING

LE VENDREDI 9H30-10H30

SALLE DES DAMES

AVEC LUCIA LEFEBVRE : MOBILISATION

ARTICULAIRE, ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

2 heures ou plus par
semaine : 200€
1 heure par semaine :
115€
1 heure par semaine
pour les ados : 70€

NOUVEAU !

De septembre à juin

Renseignements : evolutiongym46@gmail.com