

A.S.C.B. gymnastique

Adultes - Mixte

Cours en musique animés par trois professeurs diplômés
Pour chaque cours 2 cours d'essais



Salle polyvalente de l'Orangerie

Cours de zumba avec Véronique

Le lundi de 19h30 à 20h30

Reprise des cours le lundi 6 septembre 2021

Cours de renforcement musculaire avec Jean-Rémy

Le mercredi de 19h à 20h

Cours de stretching avec Jean-Rémy

Le mercredi de 20h à 21h

Reprise des cours le mercredi 8 septembre 2021

Salle St Exupéry du pas de la mule

Cours de gymnastique prévention mal de dos avec Myriam

Le mardi de 9h30 à 11h

Cours de gymnastique d'entretien avec Christelle

Le jeudi de 10h à 11h

Cours de gymnastique prévention mal de dos/stretching avec Christelle

Le jeudi de 11h à 12h

Reprise des cours le mardi 7 septembre 2021 et le jeudi 9 septembre 2021

Certificat médical obligatoire

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez contacter les personnes indiquées ci-dessous ou envoyer un mail à ascbgym@gmail.com

Danièle Bruno	☎ 01 70 00 75 60 - 06 15 06 81 61
Sylvie Félix	☎ 01 60 06 01 33
Claudine Reyt	☎ 01 64 80 07 31

Pour devenir adhérent(e), vous trouverez les fiches d'inscription au forum le 4 septembre 2021 ou au début des premières séances des différents cours. Les fiches d'inscription seront également disponibles sur le site de l'association ascb-77.fr (rubrique gymnastique).

