




L'EPGV vous propose au Foyer Rural de Saint-Just

Possibilité de tester
Une semaine
Cours mixtes

Reprise des cours le 9 septembre 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
<p>Animé par Anne-Laure</p> <p>18 h 00 - 18 h 45 Zumba</p> <p>18 h 45 - 19 h 30 Pilâte</p> <p>19 h 30 - 20 h 15 Swiss Ball</p>	<p>Animé par Hélène</p> <p>14 h 15- 15 h 15 Renforcement musculaire</p> <p>15 h 15- 16 h 15 Stretching</p> <p>18 h 30 - 19 h 15 Renforcement musculaire à <u>St Pierre d'Autils</u></p> <p>18 h 30 – 20 h 30 Country avec Colette et Marie-Jo</p>	<p>Animé par Hélène</p> <p>10 h 15 - 11 h 00 Renforcement musculaire</p> <p>11 h 00 - 11 h 45 Stretching relaxation</p> <p>Animé par Ouriel</p> <p>17 h 45 - 18 h 45 Step/ L.I.A.</p> <p>18 h 45 - 19 h 30 Renforcement musculaire</p> <p>19 h 30 - 20 h 15 Stretching</p>	 <p>Animé par Juliette</p> <p>17 h 15 - 18 h 30 YOGA</p> <p>18 h 45 - 20 h 00 YOGA</p>

Cotisation 185 € avec accès à **toutes les séances**
(supplément 60€ pour le Yoga, possibilité de paiement en plusieurs fois)
Country 95 €

Renseignements et Inscriptions : 06 09 31 87 31 ou 06 30 04 35 67



Association locale affiliée à la
Fédération Française de Gymnastique Volontaire

