L'ASSOCIATION DE GYMNASTIQUE DE LAURENS VOUS PROPOSE POUR 2023/2024:

GYMNASTIQUE MIXTE

(Fitness, cardio, stretching, abdos, fessiers, gainage…)
Animée par Laurence LUPI

MARDI de 18h15 à 19h15
JEUDI de 18h30 à 19h30

1h = 80 € / 2h = 110 € pour l'année

Reprise le Mardi 5 septembre

GYMNASTIQUE DOUCE

(Renforcement musculaire, cardio, stretching, équilibre…)
Animée par Laurence ANDRÉ

MARDI de 10h30 à 11h30

1h = 80 € pour l'année

Reprise le Mardi 19 septembre

1 SEANCE D'ESSAI GRATUITE

RENSEIGNEMENTS FRANÇOISE

AU 04.67.90.24.46