

ACTIVONS LES
ÉNERGIES POSITIVES

SPORT VITALITÉ

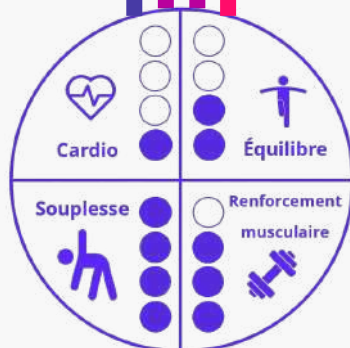
VEZIN-LE-COQUET

REJOIGNEZ NOUS !



TOUTE LA SEMAINE :

- 4 PILIERS
- 9 SÉANCES
- 8 ACTIVITÉS
- TOUT ÂGE



Salle des fêtes
Vezin-le-Coquet

LUN



Renforcement

20h30

21h30



MAR

Gym forme

9-10h



MER

Gym seniors

adaptée

10-11h



Stretching

18-19h



Pilates

19-20h



JEU

Gym
forme

10h15-11h15



Bodyzen

18-19h



Cardio

19-20h



VEN



Danse en
ligne

9h30-11h

