

GYMNASTIQUE ET YOGA



SAINT CLEMENT DES LEVEES

GYMNASTIQUE ADULTES

Lundi 9 septembre 2024

à 20h30 à la Salle des Fêtes

GYMNASTIQUE SENIORS

Mardi 10 septembre 2024

à 10h00 à la Salle des Fêtes

Un cours d'essai gratuit - Renseignements et inscriptions sur place

Pour ces 2 cours il est indispensable d'apporter son tapis personnel et Sophie adaptera ses cours en fonction des normes sanitaires en vigueur

YOGA

Vendredi 13 septembre 2024

à 20h00 à la Salle des Fêtes

Renseignements et inscriptions au préalable auprès de Marielle Moine (professeur diplômée de la Fédération Nationale des Enseignants du Yoga) tél : 06 30 83 52 14 – (prévoir son tapis de yoga, coussin, plaid,..)