

MUSCULATION

Complémentaire à la gymnastique, cette activité entretient votre corps tout en le musclant.



Saison 2015/2016

MUSCULATION DE FORCE

Lundi : 18 h à 19 h 15

jeudi : 18 h à 19 h 15

STEP

Lundi : 19 h à 20 h

MUSCULATION EN SALLE

Mardi : 18 h à 19 h30

BODY PUMP + STRETCHING

Jeudi : 19 h à 20 h

Animation: Jimmy LOURTIOUX 06 38 58 16 86