

Club des Loisirs d'Anceaumeville

Cours de gym et de pilates adultes



Tous les jeudis au centre socio-culturel
Guy de Maupassant à Anceaumeville

Gym douce

18h30 - 19h30

Les cours sont animés par Christine LEROY, professeur d'activité physique adaptée.

Ils ont lieu tous les jeudis, en période scolaire.

Le tarif est de 140€ à l'année.

Ils sont accessibles et adaptables à tous et se font dans un esprit de partage, de convivialité et de bonne humeur.

Renseignements :

Sylvie BLONDEL

Tél : 06 43 60 74 12

Club des Loisirs d'Anceaumeville
105, place Evode Chevalier
76710 ANCEAUMEVILLE

Gym Pilates

19h30 - 20h30

Le pilates est une méthode de renforcement des muscles profonds, c'est à dire les muscles du centre, entre les côtes et le bassin, et tout autour de la colonne vertébrale (abdominaux, plancher pelvien et muscles du dos).

Reprise des cours :
jeudi 05 septembre 2024

Inscriptions :
les jeudis 05 et 12 septembre
directement à la salle,
15 min avant le cours