

## AVENIR EVIANAIS GYMNASTIQUE COURS ADULTES

Venez entretenir votre **forme** et votre **bonne humeur**

1 ère séance gratuite  
REPRISE LE LUNDI 18 SEPTEMBRE

Lundi	9h00-10h15
Mardi	19h30 précises !! 20h45
Mercredi	18h00-19h00: Stretching
Jeudi	19h30 précises !! 20h45
Vendredi	9h00-10h15

Echauffement, cardio, musculation, stretching en musique et sous différentes formes : footing, hi-low, low-impact, step-choré, step & sculpt, body-sculpt, body-barre, circuit-training, travail à 2, cross-fit...

Inscriptions auprès de Sylvie Terrier

Tarifs : 1 cours par semaine : 130 euros

Forfait tous les cours : 190 euros

Pas de cours pendant les vacances scolaires

Pour tous renseignements : 0630893644 ou [sissietnath@sfr.fr](mailto:sissietnath@sfr.fr)