









Nos séances de gym collective sont animées par des enseignantes diplômées qui nous guident pour des mouvements efficaces. Nos cours sont hebdomadaires avec deux niveaux, MODERATO et DYNAMIQUE, plus un cours de gym DOUCE-STRETCHING le mardi.

Les horaires sont le

1. Mardi matin par Nelly, de 8h45 à 11h45, 3 cours séparés : Dynamique, Moderato et gym douce stretching
2. Vendredi matin par Eve, du 8h55 à 10h55, 2 cours séparés : Dynamique et Moderato.

Lieu : Espace municipal Paul Ceuzin salle Jacques Prévert 06140 Tourrettes-sur-loup

Inscription : Me Nicole Tete => tete.nicole@wanadoo.fr