

Activités Sportives et de Bien-être

Salle de la Gare



Gym-Jazz - 160 € par an / 1 cours par semaine
Professeur : Martine Neveu

☎ 06.82.53.29.34
 Lundi de 9h30 à 10h30
 Jeudi de 9h00 à 10h00



Stretching - 160 € par an / 1 cours par semaine
Professeur : Martine Neveu

Lundi de 10h30 à 11h30
 Jeudi de 10h00 à 11h00



Gymnastique d'entretien - 160 € par an / 1 cours par semaine

Professeur : Mina Nassih
Responsables : Christine Ecobichon
 Françoise Legrand

☎ 06.38.01.54.31
 ☎ 06.60.62.37.46
 Vendredi
 de 9h15 à 10h15
 de 10h30 à 11h30



Tai-Chi - Réchauffement+Qi Gong/Tai chi+shiatsu/automassage

Professeur : Nathalie Wang
Responsable : Hugnette Hemery-Dufour

☎ 06.27.49.35.22
 ☎ 06.68.96.92.67/01.47.51.22.95

1 Mardi sur 2
 de 18h00 à 19h00

Accueil ASFRM

Salle de la Gare

6 € le cours (5 participants par cours et sur rendez-vous)

180 € l'année ou 3 chèques de 60 €

Jeudi de 11h00 à 12h30