



Pour garder la forme... Pensez à la gymnastique!



Venez vite vous inscrire!

Année 2023 / 2024

Lundi

Complexe sportif	10h-11h30	Carole	Thérapeutique
Salle de danse	18h30-19h30	Carole	Fitness
Salle de danse	19h30-20h30	Carole	Fitness

Mardi

Complexe sportif	9h-10h	Carole	Fitness
Complexe sportif	10h-11h	Carole	Séniors
Complexe sportif	18h30-19h45	Carole	Fitness/Stretching
Complexe sportif	19h45-20h30	Carole	Step

Jeudi

Complexe sportif	9h-10h	Nathalie	Circuit training
Complexe sportif	10h-11h	Nathalie	Séniors
Salle de danse	18h30-19h30	Florence	Pilâtes/Corps
Salle de danse	19h30-20h30	Florence	Esprit Forme

Samedi

Complexe sportif	10h-11h	Céline	Enfants 6/8ans
Complexe sportif	11h-12h	Céline	Enfants 3/5 ans
Complexe sportif	10h30-11h30	Florence	Pilâtes
Complexe sportif	11h30-12h45	Florence	Pilâtes

Notre site : gymnastique.bonnieres.fr

Pour plus d'informations, contactez Sylvie au 06.78.46.77.96

LA RENTREE SE FERA LE LUNDI 11 SEPTEMBRE 2023