



ELASTIC 2000

la reprise

SAINT SERNIN



Espace Poudevigne

COURS DE GYM complémentaires l'un l'autre

MARDI 12 SEPTEMBRE 20h00 - 21h00

GYM TONIQUE (intervalle cardio - CAF -

Renforcement musculaire - Step - Gros ballon - Gainage)
avec Marieke

MERCREDI 13 SEPTEMBRE 20h00—21h00

GYM D'ENTRETIEN (CAF - Etirement pos-
tural actif - Renforcement musculaire - Circuit Anti-cellulite -
Step Sculpt - Relaxation Stretching) avec Stéphanie

Renseignements :

Isabelle : 06.99.01.45.29

Marieke : 06.04.47.12.68 Stéphanie : 04.75.37.02.70

Deux cours offerts.

Club partenaire de la carte MRA (réduction 30 euros)

IPNS

Ne pas jeter sur la voie publique.