

**ACTIV'GYM
RETIERS**



**REPRISE LUNDI 9/09/2024
et VENDREDI 13/09/2024**

Cours pendant une heure
- **PILATES** (renforcement en profondeur de tous les muscles, souplesse tout en douceur)
- Gym douce (renforcement musculaire, stretching, etc...)

PILATES :

- LUNDI DE 19H35 A 20H35

Tarif : 155€/an



GYMNASTIQUE DOUCE :

- VENDREDI DE 9H15 A 10H15

Tarif : 95€/an



**Complexe sportif
Pierre de Coubertin
RETIERS**

Contacts :

activgym.retiers@gmail.com

Virginie 06.19.73.55.60

FB Association activgym

Site web : activgymretiers.sportsregions.fr