

Cours de Gym

Si vous êtes disponibles le jeudi matin, venez nous rejoindre à la salle des fêtes de Saint Pierre d'Alvey pour une séance de Gym le jeudi matin de 9h 15 à 10h15.

Ce cours est donné par Julien qui est très à l'écoute et qui propose des cours adaptés à chacun dans la bonne humeur avec au programme abdos, fessiers, étirements.....

Pour tous renseignements, contacter Nicole REVERDY au 0659094122