

ATELIER BIEN-ÊTRE ET SPORT AU FEMININ

Des ateliers de remise en forme pour des femmes n'ayant pas l'habitude de pratiquer des activités physiques.

Atelier hebdomadaire de gymnastique douce : Assouplissements et étirements inspirés du yoga associés

à des exercices de relaxation et prise de conscience corporelle.

Contact :

Tel : 02 219 69 96

Inscription

Sur place

50€ par trimestre

Gratuit pour les personnes inscrites à nos autres activités.