

Renforcement Musculaire



Marianne Audouy

DESCRIPTION DU COURS

Ce cours consiste à apprendre à se muscler sans appareil.
Un grand stock d'exercices seront proposés et pourront être réinvestis ultérieurement chez toi.

Prévoir une serviette et une bouteille d'eau

HORAIRES



Lundi 13h30-14h30: Tous niveaux

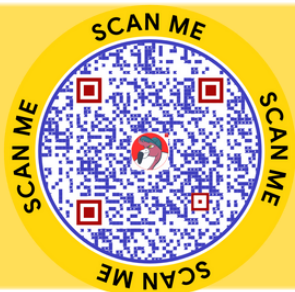
Mardi 11h-12h : Tous niveaux

Gymnase Rempart



Jeudi 10h-11h : Tous niveaux

Gymnase de la Manufacture



INSCRIPTIONS

les 15,16 et 17 septembre
uniquement en ligne !