

ENER'GYM

2023/2024

*A la salle des fêtes
de Fressines*

ZUMBA

Le jeudi de 19h à 20h



YOGA

Le mardi de 18h30 à 19h45

Le mercredi de 20h à 21h15

Le jeudi de 10h15 à 11h45



PILATES

Le lundi de 20h15 à 21h15

Le jeudi de 17h45 à 18h45



GYM FORM' DETENTE

Le lundi de 10h30 à 11h30

Le jeudi de 9h à 10h



GYM FITNESS

Le Mercredi de 18h30 à 19h30



MARCHE ACTIVE

Le mardi de 9h à 11h



La reprise des cours aura lieu

Lundi 4, Jeudi 7 septembre pour le Pilates

Mardi 5 septembre pour la Marche

Mardi 5, Mercredi 6, Jeudi 7 septembre pour le Yoga

Mercredi 6 septembre pour la Gym, Fitness

Lundi 4, Jeudi 7 septembre pour La Gym Form' Détente

Jeudi 7 septembre pour la Zumba

*Pour plus de renseignements contacter le 0610891294 ou le 0613463061
energym.fressines@hotmail.fr*