



Animé par Sonia

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
	Salle des fêtes Moncaut	Salle des fêtes Moncaut	Salle des fêtes Moncaut
	9h30 - 10h15 Abdos fessiers 	9h30 - 10h15 Renforcement musculaire 	9h30 - 10h15 Renforcement musculaire 
	10h30 - 11h15  Pilates	10h30 - 11h15 Stretching 	
Salle des fêtes Moncaut	Salle des fêtes Aubiac		Salle des fêtes Moncaut
18h45 - 19h30 Renforcement musculaire 	19h00 - 19h45 Body Karaté 		18h30 - 19h15  Pilates
			19h30 - 20h15  ZUMBA



asosportfitness.fr

Sur le site, toutes les infos si vous souhaitez participer à l'achat du matériel en réalisant un don

Nous contacter : asosportfitness@gmail.fr



ne pas jeter sur la voie publique

Tourner la page SVP