

Contacts :

Murielle ROLLAND

06.35.16.84.16

gymyogabalzac@gmail.com

www.facebook.com/gymyoga.balzac



Lundi
18h15-19h15
Fitness
CYRIELLE

Mercredi
9h00-10h15
10h30-11h45
Yoga
MARIE




Mardi
18h30-19h30
Sophrologie
JEAN-PHILIPPE

Mercredi
19h00-20h00
Renforcement
musculaire
ERIC



Tarifs pour l'année :

Gym : 130 € (Pour les 3 cours hebdomadaires)

Yoga ou Sophro (1 séance/semaine) : 165 €

Gym+Yoga : 250 €

Gym+Sophro : 250 €

Yoga+Sophro : 250 €

Vendredi
14h30-15h30
Gym
diversifiée
CYRIELLE



Possibilité de paiement en 3 fois
(3 chèques à l'inscription)

Reprise des cours le 04/09/2023 pour la Gym,
le 03/10 pour la Sophro et le 13/09 pour le Yoga

2 premières séances gratuites

Renfort Musculaire

Endurance cardiaque

Etirements

Stretching

Fitness

Dépense énergétique

Fessiers Abdos

Bien-être

PROGRAMME
2023-2024

GYM - Lundi à la Salle des Fins Bois de Vindelle
GYM - Mercredi/Vendredi à la Salle du Bourg de Vindelle
SOPHRO et YOGA à la Salle du conseil de Balzac

Imprimé par nos soins - ne pas jeter sur la voie publique