

Vis Ta Mine G

Salle Jean Moulin - Greasque
Bd Marius Olive



Enfants de 5/6 à 14 ans :

step chorégraphique, L.I.A., gymnastique au sol

Ados, Adultes et Séniors :

step chorégraphique, L.I.A., renforcement musculaire, stretching



Enfants et ados - L.I.A. - Step - Gym au sol

Mardi	17h à 18h	de 5/6 à 8 ans inclus
	18h à 19h	9 ans et +

Ados et adultes

Lundi	19h à 19h45	L.I.A. - renforcement musculaire
	19h45 à 20h30	Step tous niveaux

Mardi	10h à 11h	L.I.A. - renforcement musculaire - stretching
	19h à 20h	Step avancé
	20h à 21h	Stretching

Mercredi	18h30 à 19h15	L.I.A. - renforcement musculaire
	19h15 à 20h	Stretching

Jeudi	19h à 19h45	L.I.A. - renforcement musculaire
	19h45 à 20h30	Step tous niveaux

Cours d'essai gratuits sur l'ensemble des cours d'une semaine.

Aucune compétition ni recherche de performance, juste le plaisir de bouger et se faire du bien dans une bonne ambiance.

Un seul tarif qui donne accès à tous les cours de la semaine !

Tarifs pour la saison
Enfants 155€ - Adultes 190 €



 **Contacts**

Isabelle 06 16 36 05 92 - Corinne 06 15 81 22 24
ass.vistamineg@gmail.com



cl.sportspourtous.org/vis-ta-mine-g-13
VIS TA MINE G

