

GYM À VOUZON



PRÉSENTATION :

Depuis un peu plus de 30 ans, cette association offre des séquences variées, les lundis et les jeudis à la Halle sportive de Vouzon; en musique et avec du matériel (tapis, ballons, élastiques, steps, poids, anneaux pilâtes, etc....); et tout cela a un prix relativement modéré.

Nos deux animatrices travaillent toujours dans la joie et la bonne humeur, tout en restant à l'écoute et en respectant les capacités ou difficultés de chacun.

1 cours d'essai gratuit.

LES LUNDIS :

17h -17h 45 : Pilâtes

18h -19 h : Marche Nordique

19 h15- 20 h15 : Renfort musculaire

20h15 - 21h : Pilâtes

LES JEUDIS :

19h15 - 20h15 : Renfort Musculaire

20h15-21h15 : Body zen

PRÉSIDENTE : Marielle MOREAU

TRÉSORIÈRE : Daniela MARAIS

SECRÉTAIRE : Nadia MONNET



CONTACT :
Marielle MOREAU : 06.78.79.74.75



gymavouzon@gmail.com
marielmoro@laposte.net