

22

23

GYMNASTIQUE - STRETCHING

LUCE LOZANO

ASSOCIATION CLOROPHYLLE

GYM

Jeudi 10h15-11h15

GYM STRETCHING

Jeudi 12h15-13h15

Certificat médical obligatoire pour la pratique de ces activités

TARIFS

Cours 1h 211€

Adhésion à l'association 20 €

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS

LUCE - 06 23 84 88 96

GYM ENTRETIEN SENIOR - GYM DOUCE

BOYERE STÉPHANIE

Brevet d'état des métiers de forme IMF Paris

Instructeur certifiée Pilates Matt 2007

Entretien et amélioration de la mobilité, renforcement des muscles profonds grâce à des exercices de Pilates et de stretching. Travail basé sur la conscience corporelle, grâce à des exercices de Pilates, de respiration et de stretching, visant à améliorer l'équilibre et la posture.

GYM ENTRETIEN SENIORS

Jeudi 08h30 - 09h30

GYM DOUCE

Samedi 08h30 - 09h30

TARIFS

Inscription annuelle 20€

ANNUEL

1 cours 459 €

2 cours 782 €

TRIMESTRIEL

1 cours 165€

2 cours 286€



1, passage de Vignières

74000 ANNECY

tél : 04 50 23 06 52

info@centreartys.com

www.centreartys.com

RENSEIGNEMENTS

boyerestephanie@me.com

07.60.43.75.26