

Section gym du Réveil Nogentais

Venez découvrir toutes nos activités pendant la semaine d'essai GRATUITE du 11 au 15 septembre 2017 à la salle des Longs Prés à Nogent l'Artaud

Lundi :

11h - 12h gym douce et d'entretien

19h - 20h step

20h - 21h stretching

Mardi :

18h15 - 19h15 éveil moteur enfants

19h30 - 20h30 renforcement musculaire

Mercredi :

18h15 - 19h ZUMBA pour 10-14 ans

19h - 20h ZUMBA adultes

20h - 21h ZUMBA adultes

Jeudi :

19h - 20 h Pilates ou renforcement musculaire

20h30-22h danse Country débutants ou intermédiaires

Vendredi :

11h - 12h Gym douce et d'entretien

Le bureau tiendra une permanence pour les inscriptions le mardi 05 septembre à partir de 19 heures à la salle des Longs Prés à Nogent l'Artaud (salle de sport)

Tarifs pour l'année donnant accès à toutes les activités : 85 euros pour les adultes, 70 euros pour les ados et 60 euros pour les enfants

Les cours débuteront dès mercredi 06 septembre avec la Zumba

N'hésitez pas à vous renseigner au **06 84 69 31 98** ou **03 23 70 05 67**

mail : nogengym@gmail.com"