

Section gym du Réveil Nogentais

Inscriptions GYM Réveil Nogentais le mardi 04 septembre à 19h salle des Longs Prés et reprise des activités le mercredi 05 septembre : semaine d'essai gratuit du 10 au 14 septembre

Pour la saison prochaine, les activités proposées par la section gym du Réveil Nogentais restent les mêmes à savoir

planning des activités :

lundi et vendredi de 11h à 12h GYM DOUCE

lundi 19h à 20h STEP

lundi 20h à 21h STRETCHING

mardi 17h45 à 18h30 et 18h30 à 19h15 COURS ENFANTS

mardi 19h30 à 20h30 RENFORCEMENT MUSCULAIRE

mercredi 18h15 à 19h ZUMBA ADO

mercredi 19h à 20 h et 20h à 21h ZUMBA ADULTES

jeudi 19h à 20h PILATES ou RENFORCEMENT MUSCULAIRE

jeudi 20h30 à 22h DANSE COUNTRY



Béatrice MENU LEAUTE
secrétaire section gym