CLUB AFFILIÉ
FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORT VITALITÉ
VITA GYM

VITA GYM



Là où le sport rime avec plaisir, on vous accueille à bras ouverts ...

Place aux activités décomplexées !

ACTIVONS LES ÉNERGIES POSITIVES

REPRISE des séances semaine du 15 SEPTEMBRE

1 à 2 séances par semaine pour se sentir bien et passer un moment à s'occuper de soi...

MARDI de 18h30 à 19h45

VITA GYM

Renforcement musculaire avec ou sans matériel, cardio
Pilates, Stretching

JEUDI de 9h30 à 11h00

PILOGA

Exercices doux et bénéfiques de Pilates, Yoga,
Qi Gong, Stretching et Relaxation

Adaptées et accessibles à tous,
Venez essayer !!!

Association VITA GYM
SALLE DES FETES DE BELVEZE
30 route de Pechbertier (82150)

Renseignements :
Isabelle : 07 87 76 30 89
Valérie : 06 70 64 54 97
vitagym82150@gmail.com

