



## GYMNASTIQUE VOLONTAIRE ROUXMESNIL-BOUTEILLES

ANNEE 2015/2016

### ADULTES (dès 16 ans)

Lundi 18H45 - 19H45

Mardi 20H - 21H

Nouveau cours Mercredi 18H - 19H

SENIORS Mardi 10H - 11H

### TARIF

1 heure 100 euros

2 heures 135 euros

### REPRISE LE 1er SEPTEMBRE

2 cours d'essais gratuits

Séances assurées par des animatrices diplômées

TARIF DEGRESSIF A COMPTER DU 01/01/2016

Abdos-fessiers - cardio vasculaire et musculaire - fitness - souplesse -

Mémoire - coordination - bien-être

Matériels utilisés : step - élastique - haltère - fitball - bâton - tapis -  
ballon GRS

COMPLEXE SPORTIF CHARLES LEFEVRE

*Près de chez vous !*

### CONTACTS

**PRESIDENTE : 02.35.85.46.77**

**SECRETAIRE : 06.30.87.03.03**

**TRESORIERE : 02.35.85.35.63**