

Sport-Santé : tout le plaisir de garder la forme !

L'esprit vitalité

Entretenir son capital vitalité pour un mieux être au quotidien, c'est primordial. Dans une ambiance conviviale, en salle, venez acquérir ou développer une excellente condition physique, grâce à des séances régulières et variées d'exercices dynamiques.



Sans limite d'âge

Quelles que soient votre forme et vos motivations du moment, le Sport-Santé vous aide à développer vos potentialités, à acquérir et à préserver un équilibre harmonieux avec votre corps. Un excellent moyen de conserver tout son dynamisme et de prendre son avenir en main !



En toute sécurité

Un encadrement spécialisé composé de quatre animateurs diplômés pour qui, adultes et Sport-Santé n'ont plus de secret, assure un suivi individuel et vous initie selon votre rythme au plaisir de maîtriser votre corps.

Mesdames, Mesdemoiselles, Messieurs

Rendez vous : salle polyvalente de St Michel le Cloucq

lundi de 19h à 20h : **Gym plurielle** avec Isabelle

mercredi de 19h15 à 20h15 : **Gym danse** avec Sally

mercredi de 20 h 30 à 21 h 30 : **Gym tonique** avec Victoria

jeudi de 10 h à 11 h : **Gym douce** avec Odile

Reprise des cours le lundi 8 septembre

**Venez découvrir gratuitement les différents cours du 8 au 18 septembre.
(Prévoir tapis et chaussures sport en salle)**

L'adhésion a été fixée pour l'année
2014/2015 à :

73 € (tarif unique)

Bulletin d'inscription

Nom marital _____

Nom de jeune fille _____ Prénom _____

Date de naissance _____

Adresse _____

Téléphone _____

Mail _____

Bulletin d'inscription à retourner **obligatoirement avant le 30/09/2014** accompagné du certificat médical et du règlement à l'ordre de G.V.St Michel le Cloucq
Merci de respecter cette date

Association de gymnastique
volontaire
de St Michel Le Cloucq