



CARTE

12 SÉANCES AU CHOIX

Rappel des activités éligibles

★ renforcement musculaire

★ réveil musculaire

★ baby gym

★ flow yoga

★ zumba



★ cardio step

★ postural ball

★ pilates / stretching

★ circuit training : cardio,
fitness & body combat



Date et Nom du cours n°1

Date et Nom du cours n°2

Date et Nom du cours n°3

Date et Nom du cours n°4

Date et Nom du cours n°5

Date et Nom du cours n°6

Date et Nom du cours n°7

Date et Nom du cours n°8

Date et Nom du cours n°9

Date et Nom du cours n°10

Date et Nom du cours n°11

Date et Nom du cours n°12

