

Fitness Day

10h à 12h

Cardio/mouv et Cardio/tonic

14h à 16h30

(Thème : équilibre)

Pilates

Stretching Postural

Gym Sensorielle

Samedi 18 mars 2017

Salle de danse Aimé Legall Mouans - Sartoux

Avec **Véronique, Monique et Marie-Laure**

20 € stage complet

10€ le matin

15€ l'après -midi

Inscription obligatoire

06.16.62.13.08

gymtonicdouce@gmail.com

<http://gymtonicdouce.sportsregions.fr>