

FOYER RURAL DE MEUSSIA

activité gym le mardi soir avec Adrien,
animateur sportif EPGV.

**salle des fêtes de Meussia à partir du mardi 15
septembre 2020.**

19 h – 20 h : séances diversifiées adaptées
au rythme de chacun(e) : renforcement
musculaire, cardio, pilates....

Prévoir tenue de sport, tapis de sol, eau,
masque pour entrée et sortie de la salle, gel.

Le 15 septembre : séance de découverte

Contact : Monique Hôte 03 84 60 38 95
monique.hote@gmail.com



