

# ALLONZIER LA CAILLE

## LE CLUB OMNISPORTS

propose à partir du

**LUNDI 19 SEPTEMBRE 2022**

À la SALLE POLYVALENTE

### GYMNASTIQUE

#### Renforcement musculaire :

Le LUNDI 18H00 - 19H00

avec *Stéphane* 19H00 - 20H00

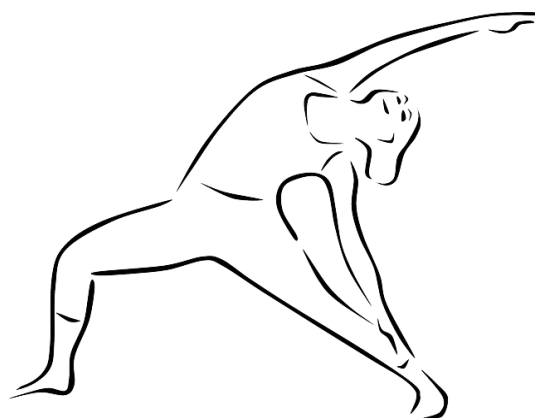
Le JEUDI 8H45 - 9H45

avec *Nelly* 9H45 - 10H45

#### Stretching :

Le MARDI 16H45 - 17H45

avec *Nelly*



### YOGA

avec *Ségoène*

Le MARDI 9H00 - 10H00

10H00 - 11H00

Le MERCREDI 18H00 - 19H00

19H00 - 20H00



**Première séance d'essai. Inscriptions sur place**

#### Tarif 30 séances :

**Pour 1 activité : 165 € + 15 € adhésion au Club, soit 180 €**

**Pour 2 activités : 300 € + 15 € adhésion au Club, soit 315 €**

**Possibilité de paiement en 3 chèques**

**Inscription à l'issue de la première séance (venir avec son propre tapis)**

**Pour plus de renseignements : 06 84 21 17 13**