

Gymnastique adultes

GYMNASTIQUE ADULTES

La gymnastique peut être pratiquée à tous les âges et à différents niveaux, que ce soit pour le plaisir, le fitness, ou la compétition. Faire de la gymnastique permet de prendre soin de son corps, de cultiver son mental, et d'acquérir des compétences physiques et sociales qui enrichissent la vie quotidienne. La gymnastique apporte tonus, souplesse et énergie. Rigueur des exercices et bonne humeur ponctuent chaque cours dispensée par Elodie, éducatrice sportive diplômée.

Pourquoi faire de la gymnastique ?

Informations pratiques

Horaires

Lundi : 10h30 - 11h30

Lieu

Salle Ti Gwer, Garlan

Contact

Monique GNAGNERI



Téléphone : 06 63 06 67 95

Email : foyerruralgarlan29610@gmail.com

Courrier : Mairie de Garlan

2, place Yves Laviec, 29610 Garlan.

Tarifs

Adhésion au Foyer Rural : 17 €

(Valable pour l'ensemble des activités)

+

Inscription à l'activité : 80 €

(payable en 2 fois, si besoin)





