

DIMANCHE

22

JANVIER

JOURNÉE GYMFORM' & MULTIRYTHMIE



**GRATUIT - OUVERT À
TOUTES ET TOUS !!**

**SALLE ABBÉ DELPRAT
SAINT GENIES 24590**

PROGRAMME :



MATIN //

9h30 : Accueil

10h : GymForm' - avec Julie

11h : Multirythmie - avec Christophe

MIDI //

12h - 13h : Pique-Nique (amené par les participants)

APRÈS-MIDI//

13h : Informations sur Atoutform', les chartes et la certification - avec Myriam

14h : Diététique - avec Cathy

15h : Pilates - avec Christiane

16h : Echanges et retour sur la journée

Inscription



SALLE ABBÉ DELPRAT
SAINT GENIES 24590