

Association « Corps et Harmonie »

Horaires et Tarifs - Année 2018/2019



Lundi : 18h - 19h30 Pilates, stretching
avec Christine GAUDICHON



Mercredi : 9h30 - 10h30 Gymn douce
avec Christelle FOUCAULT



Mercredi : 17h15 - 18h15 Gi Gong
18h30 - 20h Tai Chi Chuan
avec Allison MARRIOTT



Jeudi : 18h - 19h30 Cardio, renforcement musculaire,
stretching avec Christine GAUDICHON
Niveau soutenu



Vendredi : 14h - 16h Marche nordique
avec Christine GAUDICHON

Tarifs de 1 à 6 activités de 90 à 185 €
Cours d'essai gratuit

Contact : 06 17 25 69 99