



## Autour de **Lanvollon**

### **POMMERIT-LE-VICOMTE**

### **FITNESS.**

## **Rendez-vous le mercredi**



**Mercredi, ils ont eu chaud, ont bien bossé l'ensemble du corps, et ont fait preuve de dynamisme et de bonne humeur.**

Le cours d'essai de fitness offert, mercredi, par la toute nouvelle association Tous en forme et son animatrice sportive Virginia Loureiro Jouan a rassemblé une vingtaine de personnes, adultes et ados, femmes et hommes. Et comme ils ont aimé et qu'ils en redemandaient, le rendez-vous va se renouveler les mercredis de juillet, à 19 h, à la salle des sports (3 € la séance, sur inscription via le Facebook Tousenforme22 ou au 06 71 85 64 67).

À la rentrée de septembre, l'association, qui est affiliée à la Fédération sport pour tous, proposera cinq créneaux sportifs : le mardi, à 17 h, avec du multisports pour les 8-11 ans ; le mercredi, à 19 h, avec du cardio-training pour les adultes ; le jeudi, à 17 h, avec de l'éveil sportif pour les 5-7 ans ; le vendredi, à 18 h 30, avec du fitness tout public, et le samedi, à 9 h 30, avec de la gym douce.

