



Les cours ont repris à Gym loisirs

Mercuer

Le club Gym Loisirs de Mercuer a repris les cours depuis septembre et accueille ses adhérents, le lundi soir, pour un cours de fitness: renforcement musculaire, travail cardio, gym tonique. Des séances animées par Sylvie. Le mardi soir avec un cours de gym douce proposé par Claudia avec technique feldenkreis et assouplissements. Le mercredi matin autour d'un cours de Body zen animé par Delphine, le cours allie les techniques Pilates, stretching et yoga. Ce club très dynamique et convivial fait partie de la fédération Sports Pour Tous. Il est présidé par Annie Ferreri qui accueille les nouveaux adhérents tout au long de l'année. Deux essais gratuits sont possibles.

Pour tout renseignement au 06 73 36 36 87.

