



Gym club de Lax

Venez faire de l'exercice



De l'espace pour se défouler ! - Crédits : CM

Après une pause pour les raisons sanitaires que l'on connaît, l'activité dans la toute récente salle d'animations du village vient de redémarrer doucement. Lors de la première séance, on comptait déjà 10 pratiquants, enfin, surtout des pratiquantes impatientes de reprendre les exercices de renforcement musculaire, de steps, de cardio ou de fitness. Il faut préciser qu'elles étaient jusqu'à 20 les années précédentes. Les

cours se déroulent sous les conseils de Romuald, un professeur qui sait s'adapter aux objectifs de chacun. À noter que ce club de village est affilié à la Fédération Française de Sports pour Tous.

Et oui, c'est eux qui étaient présents cet été sur la place François Mitterrand pour faire une démonstration de leurs activités favorites.

Si vous avez envie de les rejoindre, n'hésitez pas à contacter Sonia au 06 89 55 84 22.

CM