



## Un club de gym douce au Ciella

**EXCIDEUIL** Le club Mouvement et Bien-Être en Périgord Vert proposera des cours de gym douce (façon Pilates), de renforcement musculaire, de cardio et de marche nordique dès la semaine prochaine, au Ciella, avenue du Docteur-Tocheport. Il est affilié à la fédération Sports pour tous Nouvelle-Aquitaine. Les personnes intéressées devront prendre leur carte de la fédération (licence annuelle, 50 euros) et s'acquitter d'une cotisation trimestrielle pour les cours soit 50 euros pour une heure par semaine ou 80 euros par trimestre pour deux heures. Des séances de découverte auront lieu mardi 11 et mardi 18 septembre, de 10 h 30 à 12 heures et de 17 h 30 à 20 heures, mercredi 12 et mercredi 19 septembre de 10 h 30 à 12 heures, ainsi que jeudi 13 et jeudi 20 septembre, de 17 h 30 à 20 heures. Renseignements auprès de Sophie Gay-Evans au 06 71 88 60 49.