



Squiffiec Gym Squif. Les adhérents retrouvent la forme



L'association Gym Squif, adhérente de la fédération Sports pour tous, a retrouvé, mercredi, le parquet de la salle des fêtes pour sa séance de reprise. Animée par Angélique Clody, les cours hebdomadaires de gymnastique d'entretien, qui regroupent une vingtaine d'adhérentes, s'articulent autour d'exercices de renforcement musculaire, de chorégraphies, de cardio, de stretching, mais aussi de jeux, au rythme de musiques dynamiques et entraînantes et d'une bonne dose de bonne humeur. Tous les mercredis, de 20 h 15 à 21 h 15. Adhésion : 72,50 €. Contact : Catherine Bridou, présidente, tel 06 70 60 55 19 ou Marie Claire Le Roux, tel 06 81 24 60 69.