



## **GYM PLUZ'. On ressort les tapis le 14**

Après plusieurs mois d'inactivité, le club de gym, affilié à la Fédération sports pour tous, s'apprête à reprendre ses activités. On ressort les tapis à la salle des sports dès le 14 septembre mais dans le respect des règles sanitaires.

Claudine Le Guillouzic sera à nouveau aux commandes des séances. Le lundi de 18 h 30 à 19 h 30 pour un cours axé sur le bien-être dans son corps et la relaxation ; le mardi de 20 h 15 à 21 h 15 pour de la mise en forme et du renfort musculaire, et le mercredi de 9 h 15 à 10 h 15,

pour de la gym d'entretien, de l'équilibre, du stretching.

La cotisation annuelle est de 90 € par cours pour l'année, + 63 € par cours supplémentaire. Inscriptions sur place.

Les cours reprennent sous la houlette de l'animatrice Claudine Le Guillouzic (à gauche) et de Maryvonne Vastel, présidente.

