

# ATELIER GYM DOUCE

## FEMME ET HOMME



2 cours d'essai  
offerts

Salle des fêtes de SADROC

Tous les mardis de 10H à 11h à partir du 27/09/2022

Sous réserve de 12 personnes inscrites en mairie

Mémorisation

Cardio

Equilibre

Renforcement  
musculaire

Souplesse



Cours dispensés par une  
animatrice diplômée et adaptés  
aux capacités de chacun

### Cotisations :

- 24 € par famille pour la licence à familles rurales (si vous n'êtes pas déjà adhérent)
- De 61 à 122€ l'année pour 33 heures de cours, en fonction du nombre de participants : soit de 1,90 € le cours pour 20 participants à 3,70 € le cours pour 10 participants.

Renseignements complémentaires au 07.87.84.71.80

