

Saison 2022/23



LUNDI	BRETIX	18h30 19h30	Hiit	Coralie
		19h30 20h30	Zumba Nouveau (1)	Coralie
MARDI	BRETIX	18h15 19h15	Total Body	Laurence
		19h30 20h30	Strong/ Body Pump (2)	Laurence
MERCREDI	MENVILLE	18h15 19h15	Pilates	Coralie
		19h15 20h15	Cuisses - Abdos - Fessiers	Coralie
		20h15 21h15	Gym douce	Coralie
JEUDI	ST PAUL	9h30 10h30	Mobilité	Laurence
		10h30 11h30	Pilates	Laurence
	THIL	19h00 20h00	Yin Yoga / Hata Yoga (2)	Laurence
	MONTAIGUT	20h30 21h30	Gym Total Body	Laurence

<https://gym-fitness-de-la-save.assoconnect.com>

Cotisation annuelle : 170 €
(abonnement au trimestre possible)
2 cours d'essai gratuits à partir du 05/09/22
Coupons sports et chèques vacances acceptés
Partenaire EFFORMIP



(1) cours accessible dès 12 ans
(2) 1 semaine/2 selon planning
communiqué en début de période

✉ gymfit.save@gmail.com
f Gym Fitness de la Save
@gym_fitness_save