

Magalie Degroux

Fitness

Public cible	Tout public mais pas de formations auprès de publics spécifiques
Jour et horaires	Mardi : 18h 19h : Stretching Mardi 19h 20h : Pilates Mardi 20h 21h : CAF Mercredi 13h30 14h30 : Zumba Kids Jeudi : 9h 10h : Gym douce
Lieu	Gymnase de Viriville, route de la gare 38980 Viriville
Contact de l'éducateur sportif	Magalie Degroux : 04 69 32 61 56 / 06 78 72 26 49

Tarifs cours collectifs	
Zumba enfant	180 €
Gym douce, stretching, C-A-F, pilates	160 €
Réduction pour un cours supplémentaire	- 60 €
Réduction étudiant (sur présentation de le carte)	- 30 €
Réduction pour un nouveau membre de la famille	- 30 €
Chéquier jeune (adhésion culturelle)	- 15 €

Zumba : fusion fitness et danses latines

Gym douce : renforcement musculaire en douceur

C-A-F : renforcement musculaire cuisses, abdos, fessiers

Pilates : sculpter votre corps en profondeur et en douceur

Stretching : étirements et respiration pour gagner en souplesse