



ÉNER'GYM, ASSOCIATION DYNAMIQUE GÉRÉE PAR DES BÉNÉVOLES, VOUS PROPOSE DE PARTICIPER, DANS UN CADRE CONVIVAL ET DÉTENDU, À L'ENSEMBLE DES COURS SUIVANTS :

- GYMNASTIQUE DOUCE,
- RENFORCEMENT MUSCULAIRE,
- BODY MIX,
- BODY SCULPT,
- BODY COCKTAIL
- CARDIO BOXING,
- TECHNIQUES DOUCES (Stretching, Yoga, Pilates, Relaxation),
- HIIT/CARDIO,
- CROSS TRAINING,
- SPÉCIAL DOS.

L'ADHÉSION COMPREND LA LICENCE ET L'ASSURANCE DE BASE FFEPGV.

LES COURS SE DÉROULENT DE SEPTEMBRE À JUIN SAUF PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES.

UNE CARTE D'ADHÉRENT VOUS SERA REMISE ; ELLE SERA CONTRÔLÉE AINSI QUE VOTRE PASS SANITAIRE AU DÉBUT DES COURS.

Pour tous renseignements :
Site internet : www.energymclayesouilly.fr
Mail : energymclaye@yahoo.fr
Facebook : www.facebook.com/energym77410/
Tél : 06 51 82 94 64