

OUVERT A TOUS



SALLE POLYVALENTE DE VOGÜE



Vogüé Gym

**REPRISE LE
MERCREDI
03/09/2025**

COURS PILÂTES :

PILÂTES ZEN

LUNDI 15H00 - 16H00 A ROCHECOLOMBE

**Espace "Le Vendoule » sous la Mairie
Pour se recentrer sur l'essentiel**

PILÂTES AVEC MATERIEL

MARDI * 18H30-20H00 A VOGÜE

***Tous les 2^{ème} et 4^{ème} mardi du mois
Pour un ressenti différent....**

PILÂTES YOGA'STRETCHING

MERCREDI 17H40-18H40 A VOGÜE

L'intensité du pilâtes, alliée à la fluidité du yoga d'initiation

COURS TONIQUES : A VOGÜÉ

LUNDI 20H00-21H00/MERCREDI 18H45-19H45

**BODYTONIC – FIT'KICKBOXING – PIL'AERO – STEP CHOREE –
GAINAGE ETIREMENT POSTURAL ACTIF – STRETCHING CAC –
RELAXATION – STEP SCULPT – CARDIO – HIIT**

4-5 COURS PAR SEMAINE

125 €* L'ANNEE

- 10 € pour les – de 30 ans

*** Assurances incluses**

1 COURS OFFERT PAR ACTIVITE



Facilité de paiement : 3 chèques

Plus d'infos :

Yvette : 06.82.00.54.19.

Lionelle : 06.42.57.07.09.

Stef : 06.74.93.79.40.