

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE ARQUES



Salle DEVILLERS : (près de la salle Balavoine)



PILATES : Lundi de 18h30 à 19h30

ABDOS-FESSIERS : Lundi de 19h30 à 20h30

GYM SENIORS Mardi de 10h à 11h

GYM DOUCE : Mardi de 16h00 à 17h00

PILATES : Mardi de 18h30 à 19h30

TOTAL FITNESS : Mardi de 19h30 à 20h30

GYM SENIORS Jeudi de 10h à 11h

GYM BALL TONIC : Jeudi de 18h30 à 19h30

BODYTRAINING : Jeudi de 19h30 à 20h30

GYM CADENCEE : Vendredi de 10h à 11h

Renseignements et inscriptions lors des séances

dès le lundi 9 septembre 2019

Prévoir un certificat médical de non contre indication

Cotisation : 65 € Arquois , 70 € non Arquois