



# ST MARTIN DES NOYERS

TOP'FORM Association GYM - FITNESS  
ZUMBA adultes

## REPRISE DES COURS

le lundi 4 septembre 2017

**COURS** variés : Renforcement musculaire, Abdos-fessiers, Step, fit training, Zumba sentao, Strong by Zumba, Djembel (danse africaine)

**LUNDI** de 18H00 à 19H00,

**JEUDI** de 19H00 à 20H00

**SAMEDI** de 09H15 à 10H45



### COURS de ZUMBA

**JEUDI** de 20H00 à 21H00



Les cours ont lieu au complexe sportif salle n°2 et sont assurés par une éducatrice diplômée d'état

*2 cours de découverte sont offerts*

**Renseignements** au 02 51 07 88 68 (soir) ou 06 15 59 82 24