

EN AOUT ... COURS DE STRETCHING LES MARDIS DE 18H30 À 19H30

RENTREE DE SEPTEMBRE : REPRISE DES
COURS **LE MARDI 25/09/2012**

18H-19H : COURS DE REMISE EN FORME

... pour être plus tonique, ... s'assouplir, se raffermir, respirer ... en respectant votre rythme et vos limites ...

19H-20H : COURS DE STRETCHING

METHODE JACQUES GAUTHIER

.... Etirements en douceur... Redonne souplesse aux muscles et aux articulations, ... apporte détente et souplesse ...

Lieux des cours: **Héromnisports Chaussée de Wavre – 4217 Héron**

Prix : - 65 € le trimestre pour une activité (un cours d'essai est offert)
- Pour les 2 activités, la 2^{ème} sera à 35€ / trimestre

- . Pas de cours pendant les vacances scolaires
- . Les cours peuvent se commencer n'importe quand dans l'année ...
- . Possibilité de cours particuliers (3 pers. maxi) et plus ciblés, sur rendez-vous, dans mon bureau à Héron.

→ Pour toute question, n'hésitez pas à me contacter :

Sylvie POUPAERT : **0473.66.56.80**

Naturopathe / Professeur de Stretching et de Pilates

E-mail: sylvie.poupa@hotmail.com

Sites info: www.stretchingplus.com / www.les-naturopathes.be