VITAL GYM adultes

REPRISE DES COURS LE LUNDI 8 SEPTEMBRE 2025

HORAIRES :

LUNDI	20h30 / 21h30	Naïomi : Zumba inspirée des danses latines
MARDI	19h15 / 20h15	Sandy : Méthode Pilates
MARDI	20h30 / 21h30	Marco : Renfo. Musculaire, Abdos fessiers…
JEUDI	19h00 / 20h00	Marco : Renfo. Musculaire, Abdos fessiers...
	20h00 / 21h00	Marco : Step ou Aérobox (1mois sur 2)
VENDREDI	20h00 / 21h00	Réservé pour les stages Animateurs Adhérents

VITAL GYM séniors

REPRISE DES COURS LE MARDI 9 SEPTEMBRE 2025

MARDI	9H30 / 10H30	Chantal
MARDI	10H30/ 11H30	Sandy : PILATES
VENDREDI	9H30 / 10H30	Chantal

Les cours ont lieu à RONCQ au Blanc Four salle « La Halle » Rue Jules Watteeuw sur le complexe sportif Joël Bats (derrière la salle Stélandre)

Nous sommes à votre disposition pour tout renseignement complémentaire au 06 72 29 11 40

Photos, vidéos etc… sur le RAR de la ville de Roncq

vitalgym@roncqasso.fr et Facebook : vitalgym