

ESCRIME

SAISON 2018 - 2019

« Escrime et cancer du sein »

Lundi

18h15-20h00

Inscription Gratuite

Reprise des Ateliers
d'accompagnement thérapeutiques

Enfants 6 - 7 ans

Mercredi

15h00-16h00

Nouveau Escrime Seniors

Mercredi

18h30-20h00

Retrouvez force, équilibre,
adresse, énergie, vitesse, souplesse ...
tout en vous amusant !

Thierry Le Prisé

Diplômé d'état 2ème degré

Tél. : 06 99 89 19 25

ars

FFME

FFE

ARG'
ESCRIME



le club d'escrime
de PLUDUNO
à la Millière l'Ouvre-boîte

HERMINE FORME ET DYNAMISME

La saison 2018-2019 a démarré avec un **cours supplémentaire** le jeudi soir à 20h à la salle culturelle. Ce cours de Pilates niveau 2 est destiné aux personnes ayant acquis les bases de la méthode Pilates ou aux débutants en bonne condition physique. Il reste quelques places.

Les deux cours du lundi soir 18h30 et 19h30 sont complets.

Infos :

Annie Nicolas

06 23 06 65 98

hermine-forme-dynamisme@laposte.net