



FITNESS

*Le rendez-vous sportif et convivial
pour rester en forme !*

Cours dispensés par une animatrice diplômée:

De 19h à 20h :

*Cardio, renforcement musculaire, abdos fessiers,
Step, Fit Boxing, Cross Training, Pound, ...*

De 20h à 20h45 :

Stretching

Tous les mercredis à la salle communale d'Hébécourt

REPRISE DES COURS LE MERCREDI 4 SEPTEMBRE 2024

LA SÉANCE DE DÉCOUVERTE EST OFFERTE



Comité des fêtes d'Hébécourt

Renseignements auprès de Sandrine

06.16.43.36.59



FITNESS

*Le rendez-vous sportif et convivial
pour rester en forme !*

Cours dispensés par une animatrice diplômée:

De 19h à 20h :

*Cardio, renforcement musculaire, abdos fessiers,
Step, Fit Boxing, Cross Training, Pound, ...*

De 20h à 20h45 :

Stretching

Tous les mercredis à la salle communale d'Hébécourt

REPRISE DES COURS LE MERCREDI 4 SEPTEMBRE 2024

LA SÉANCE DE DÉCOUVERTE EST OFFERTE



Comité des fêtes d'Hébécourt

Renseignements auprès de Sandrine

06.16.43.36.59