

NOUVEAU



ASELCO.Outarville 

ASELCO

ASSOCIATION SPORT ET LOISIRS DU CANTON D'OUTARVILLE



Salle des Associations à OUTARVILLE

QUELS QUE SOIENT VOTRE AGE ET VOTRE NIVEAU

Reprise des cours le 5 Septembre 2022

(2 séances d'essai offertes ainsi qu'un cadeau pour chaque inscription)

LUNDI

18H00-19H00

Pilates

19H00-20H00

Cardio, abdo, fessiers
Renfort musculaire

20H00-21H00

Pilates

MARDI

10H00-11H00

Yoga

14H00 - 15H30

Marche nordique
en extérieur

MERCREDI

12H30-13H30

Pilates

18H00-19H00

Body défense

19H00-20H00

Yoga

20H00-21H00

Step chorégraphié

17H00-18H00

Activités martiales,
physiques et sportives
9-12 ans

19H00-20H00

Cardio, abdo, fessiers
Renfort musculaire

JEUDI

09H45-10H45

Gym d'entretien
mémoire équilibre
stretching

Renseignements au : 06.07.38.77.79 ou 06.31.01.81.43 ou 06.85.54.95.35



01 01 19003582