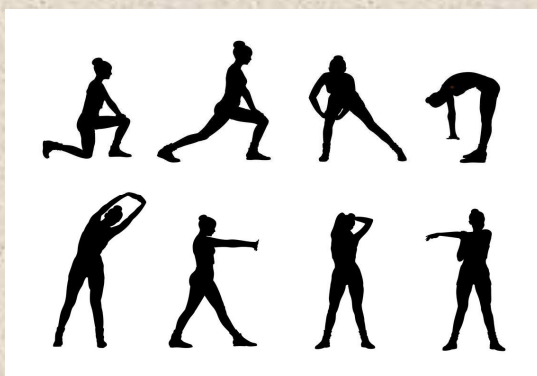


C'est avec plaisir que nous vous faisons part de notre nouvelle activité :

Cette activité vous permettra de vous remettre en forme grâce à des exercices de renforcement musculaire doux, d'équilibre et d'assouplissement. Ces trois éléments vous permettront à la fois:

- *de gagner en tonus musculaire,*
- *d'améliorer et d'entretenir votre amplitude de mouvement,*
- *d'améliorer votre posture et votre équilibre,*
- *et de retrouver un relâchement et une détente musculaire.*

*Tout ce qu'il faut pour être en pleine forme !
Le tout dans la bonne humeur et la convivialité 😊*



- 🌟 **Tous les mercredis de 10h à 11h + de 9h à 10h**
- 🌟 **Salle Athletic Gym – Rue d'Ogné 65 – Lincé-Sprimont**
- 🌟 **Renseignements et inscriptions : Charlotte 0496/954723**
- 🌟 **Première session : mars et avril (soit 7 séances) pour 42 €, à verser sur le compte BE41-3631 8387 0210 d'énéo sport Sprimont**

1^{ère} séance le mercredi 13 mars