

Reventin-Vaugris

Le club Léo-Lagrange propose aussi de la gym douce

Le club Léo-Lagrange, créé en 1985, propose de nombreuses activités, et notamment du renforcement musculaire, du body zen et de la gym douce.

Par **Le Dauphiné Libéré** – Hier à 20:21



Les adhérents ne manquent les cours d'Annick Simian que très rarement.

Au club Léo-Lagrange de Reventin-Vaugris, on peut dire que le sport tient une grande place. En effet, avec le body zen et le renforcement musculaire le mardi soir de 18 à 20 heures, il y a également la gym douce du mardi matin (de 9 heures à 10 h 15).

Cette pratique s'adresse plus particulièrement aux personnes ne désirant pas faire une gymnastique tonique mais qui souhaitent malgré tout entretenir leur forme.

Ce cours est animé par Annick Simian, une personne très compétente en la matière puisqu'elle exerce son métier depuis de nombreuses années. Toutes les participantes sont très assidues.

Plus de renseignements : tél. 07 71 25 72 11 ; sur le site de la mairie, mairiereventinvaugris.fr
