

NOUVEAU



NOUVEAU

A L'ESPACE MULTI-ACTIVITES

**COURS ENFANTS DE
3 ANS à 6 ANS**

LE MERCREDI

De 15 H à 16 H

Encadré par une animatrice spécialement formée pour prendre en charge des groupes d'enfants.

Chaque séance EPGV comprend des jeux sportifs et d'expression sous diverses disciplines : gymnastique, expression corporelle, jeux de découverte, amusement, imagination, réussite, confiance....

DE GRESY-SUR-ISERE

**DEBUT DES COURS DE LA
SAISON**

LUNDI 9 SEPTEMBRE 2019

**..... ET LES COURS
SPORT/SANTE DU :**

- **LUNDI de 10 à 11 H à l'EMA**
- **JEUDI de 10 H à 11 H à Montailleur**
- **DE LA MARCHE NORDIQUE du VENDREDI DE 9 H à 11 H CONTINUENT.....**

**COURS DE VITA-ZEN ADULTES
LE LUNDI**

DE 17 H 30 à 18H 30

Vous découvrirez un nouveau concept de renforcement des muscles de la posture.

Le Body-Zen permet de s'étirer, de se relâcher, de se relaxer tout en améliorant la tonicité du corps.

Il améliore l'équilibre, la coordination, la concentration et la mémoire par la pratique du stretching, yoga, qi gong....

EPGV SPORT – SANTE GRESY/MONTAILLEUR – 273 Grand'Rue – 73460 GRESY/ISERE

Tél Club : 04 79 37 36 05 – Animatrice : 06 32 02 40 76 - Mail : gymvolontaire-073139@epgv.fr