

Boulang

Pas de trêve en juillet au club de fitness



L'activité piloxing du fitness club, emmenée par Céline.

Céline Isselé Girardot, coach sportif EPGV diplômée, et le Fitness club Boulang proposent des cours salle Riom, rue des écoles à Boulang.

Les activités ne s'arrêtent pas encore, bien au contraire, elles se poursuivent jusqu'au 31 juillet et sont les suivantes : la zumba le lundi à partir de 20 h (à partir de 12 ans), le piloxing (mouvements de cardio boxe, pilates et danses fitness) le mardi, à partir de 19 h et également à partir de 15 ans, FFAC (renforcement musculaire et activités cardio, multidiscipli-

nes, adaptation et simplification des mouvements au besoin de chaque personne), à partir de 12 ans, le mercredi à 19 h.

Pour les semaines à venir, le programme reste le même. Un petit changement toutefois : la zumba du lundi 15 juillet est reportée au jeudi 18 juillet à 20 h.

Jusqu'au 10 juillet, tous les cours ont été offerts aux adhérents du club et au tarif de 5 € la séance pour les personnes extérieures au club. Jusqu'à la fin du mois, le prix est de 5 € la séance, pour tous.

RL 12.07.2024