

🌿 Mouvements bien-être pour l'âge d'or 🌿

Un moment doux et actif pour entretenir souplesse, équilibre et vitalité dans la bonne humeur.

Fabrizia Montanari

📍 À la salle de gym

🕒 Les jeudis de 17h30 à 18h30

📅 Dès le 4 septembre – une fois par semaine, hors vacances scolaires

👕 Habits souples – chaussettes antiglisse ou chaussures de gym souples

💰 10.– CHF la séance

🌟 Nouveau ? Votre première rencontre est gratuite !

Venez bouger en douceur et en bonne compagnie, notre groupe vous attend !