



L'ASSOCIATION SPORT DETENTE LOUCHYSSOIS

33 Rue de la source 03500 LOUCHY MONTFAND

Vous propose les : **ACTIVITES** suivantes

REMISE EN FORME – MUSCULATION



PAR MISE A DISPOSITION MATERIEL (vélo – vélo elliptique, tapis de marche, banc muscu...) et CONSEILS

LUNDI et JEUDI DE 16H30 A 20 HOO

COURS :

MERCREDI DE 16H00 A 18H30

TAI CHI CHUAN :

COURS :

MARDI : 09H30 à 11H00 ET 18H30 à 20h00

MERCREDI : 18H30 à 20H00

QI GONG



COURS :

MARDI (débutants - avancés) :

JEUDI (avancés) : 14H30 à 16H30



TRAVAIL SABRE OU EPEE : MARDI 16H45 à 18H30

INSCRIPTIONS SUR PLACE - COTISATION ANNUELLE : 90€ - COURS GRATUIT : 2 SEMAINES

RENSEIGNEMENTS : tél : 06 33 99 79 01---- REPRISE COURS LUNDI 18 SEPTEMBRE 2023