

Journée de la Femme Sport/Bien-être

Dimanche 17 mars 2019

Arnouville-lès-Mantes



		Activités	Lieu
10h - 11h		Marche Nordique	Extérieur
		Stretching Postural	Annexe
11h15 - 12h15		Pole Dance	Foyer
		Relaxation Active	Annexe
Pause			
13h - 14h		Strong Zumba	Foyer
		Pilates	Annexe
14h15 - 15h15		Claquettes	Foyer
		Swiss Ball	Annexe
15h30 - 16h30		Bollywood	Annexe
		Nia	Foyer
16h45		Pot de Clôture	Foyer

M
A
S
S
A
G
E
S

R
E
L
A
X
A
N
T
S

/

T
E
S
T

D
E

F
O
R
M
E