

De la gym en douceur pour conserver la forme



De la gym en douceur pour conserver la forme

Après des vacances bien méritées et une longue période de confinement dû au coronavirus, c'est au dojo du Judo-Club Valencien que se retrouvent, tous les lundis et jeudis, de 18 heures à 19 heures, les membres du Castella Gym.

Sous la houlette de leur présidente Aline Immer, avec Maguy Laborie et Pascale Legros aux commandes. La reprise de la saison se fera le lundi 21 septembre à 18 heures L'association compte déjà une trentaine d'adhérents. Vous pourrez pratiquer une gymnastique douce de remise en forme.

Tout nouveau membre (femme ou homme) décidé à venir rejoindre le groupe sera le bienvenu.

Pour tous renseignements, téléphoner au 05 62 28 51 06 ou venir à l'heure des cours le lundi ou le jeudi. Les règles de distanciation sont à respecter ainsi que le port du masque.

Venez avec vos tapis de sol...

