

Gym douce en vacances



Gym douce en vacances

Gym Plaisir à Miélan propose plusieurs activités de gym, yoga et stretching. Le groupe qui participe aux séances de gym douce le lundi après midi s'est mis en vacances.

Pour officialiser cet arrêt temporaire des séances, tous se sont retrouvés attablés au restaurant O'Rabastens à Tillac. En partageant un menu excellent, un cadeau fut remis à Rosy l'animatrice dévouée.

Quelques calories superflues qui seront vite perdues à la reprise début septembre.



IMG_4560.jpg



IMG_4561.jpg



photo_2.jpeg



photo_1.jpeg