

SPORT 

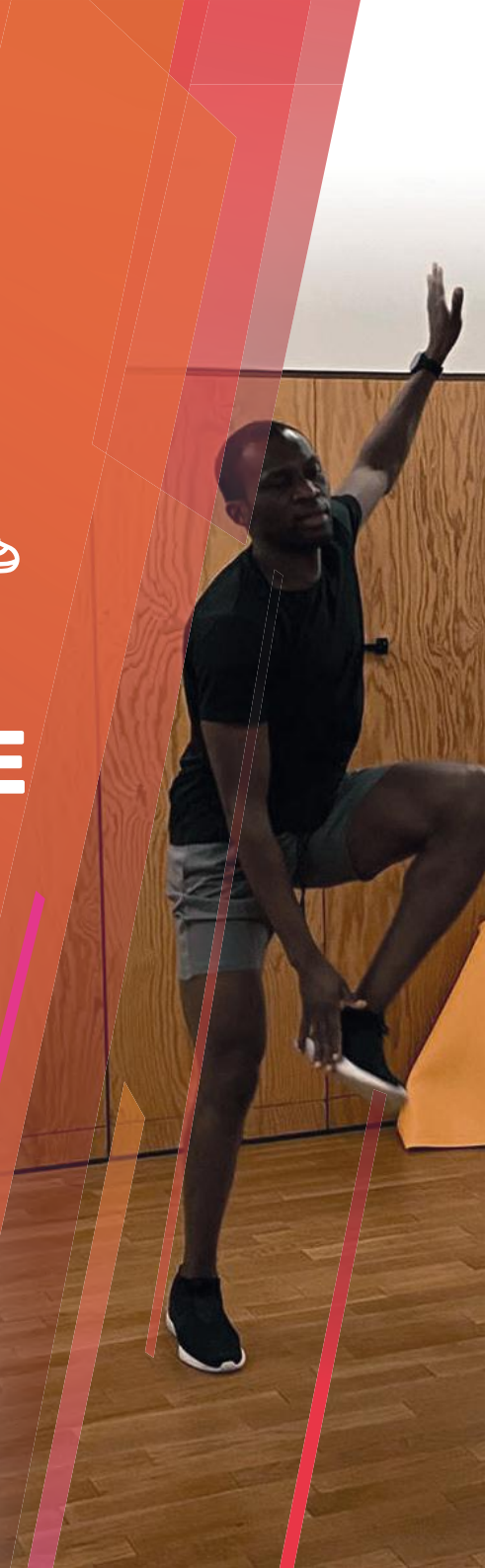
=



BIEN-ÊTRE

=

SANTÉ 



Séances de sport en ligne !



Malgré le confinement, le sport continue au centre social Lazare Garreau grâce à notre coach sportif Sylvain qui vous propose chaque semaine des lives et des séances vidéo à faire quand vous pouvez à la maison.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h15-11h					Gym Douce
11h-12h					
12h-13h				Full Body	
18h30-19h15	Full Body			Séance vidéo	

 séances en live via Zoom  séances vidéo sur Youtube

Nous sommes motivés et vous?

Si vous voulez plus d'informations, ou accéder aux contenus, contactez Sabrina ou Sylvain au 03 28 55 38 20.

