



Fit'Ess

Cours collectifs

à la salle des fêtes
d'Essegney

**Reprise des cours à partir
du 8 septembre**

Cardio/renforcement musculaire

Les lundis de 20h15 à 21h15 avec Kevin

Gym douce

Les mercredis de 9h à 10h avec Emilie

Yoga

Les mercredis de 20h15 à 21h15 avec Emilie

Pilates

Les jeudis de 20h à 21h avec Kevin



Abonnement annuel pour
un cours par semaine :
150 euros
(tarif dégressif pour plusieurs
cours)

**Renseignements et
inscription au 06.21.62.92.50**

**RENCONTREZ NOUS AU FORUM
DES ASSOCIATIONS A ESSEGNEY
LE 05 SEPTEMBRE DE 18H A 20H**