

BOUGEZ AVEC LE FOYER RURAL DE BOMBON !

Nouveauté !



Cours de **PILATES**

les **Mardis de 20 h 15 à 21 h 15**

Le Pilates est un sport qui vise à se muscler autrement.

2 séances de découverte les
Mardis 5 et 12 septembre

Nouveauté !

Marche Nordique : une fois par semaine venez marcher sur les chemins

Rendez-vous **Dimanche 10 septembre à 9 h 30** sur le parking de la Mairie de Bombon



Le **YOGA** reprend le

Lundi 18 septembre de 18 h 15 à 19 h 45

1^{er} cours d'essai gratuit

Inscription et renseignements auprès d'Alain RAFFIN (01 64 38 77 38)
ou sur place le jour du cours

Les cours de **ZUMBA et GYMNASTIQUE** reprennent le **Mercredi 20 septembre de 20 h à 21 h**

1^{er} cours d'essai gratuit

Inscription et renseignements auprès de Bernadette TILLIETTE (01 64 38 71 66)
ou sur place.



Les cours de Yoga, Pilates et Zumba-Gym se déroulent dans la Salle polyvalente
Les tarifs seront définis en fonction du nombre d'inscrits