

LE CLUB DE GYM DE LA MARTYRE



L'association regroupe un peu plus de 150 adhérents, qui ont de 4 à 80 ans et plus !!!

Du lundi au vendredi, ils sont fidèles au rendez-vous

Pour le plaisir de se retrouver sans oublier le bien-être physique.

Portes ouvertes pour toutes les animations du mois de juin, n'hésitez pas à venir tester.

Inscriptions → forum des associations le **5 septembre 2015** à la salle multisports de **Ploudiry**.

Lundi	Maison du Plateau La Martyre	13h30 à 14h30 14h30 à 15h30	Gym semi tonique Gym entretien
	Tréflévénez	19h à 20h	Gym tonique Renforcement musculaire
	Loc-Eguiner	20h30 à 20h30	Step
Mercredi	Maison du Plateau La Martyre	13h30 à 14h15 14h15 à 15h	Enfants de 7 à 11 ans Enfants de 4 à 6 ans
		19 h à 20h	Gym tonique, Pilates
Jeudi	Maison du Plateau La Martyre	19h15 à 20h15	Zumba
Vendredi	Loc-Eguiner	14h à 15h	Gym douce



Contact Mithé: 02 98 25 14 55