



Sessions exceptionnelles

A LA MJC

le Samedi 10 Novembre 2018

PROGRAMME

14H : INITIATION A LA SAMBA (45') : Venez découvrir et apprendre les pas de base de la Samba avec Soraya Do Vale. Une session colorée sur les rythmes du Brésil!

15H : ZUMBA® FITNESS (45') : Une session festive dans la pure tradition Zumba® qui vous permettra de vous déhancher sur les rythmes latinos les plus fous!

16H : STRONG BY ZUMBA® (30') : Découvrez ce programme inédit qui vous permettra de défier vos muscles! Un cardio training parfaitement synchronisé sur la musique. N'hésitez pas à franchir le pas!

16H30 : APERO LATINO OFFERT A TOUS LES PARTICIPANTS

Les sessions Zumba® et Strong by Zumba® seront délivrées par Renaud MATHIEU, Instructeur ZIN™ et SYNC™ officiel habilité par Zumba®Fitness (zumba.com).

TARIFS

8€ LE COURS

FORFAIT ADHERENTS 3 COURS : 20€

FORFAIT HORS ADHERENTS 3 COURS : 25€

INSCRIPTIONS A L'ACCUEIL

