



Ce bulletin vous informe sur la vie de votre section Gym Volontaire de l'USMGagny



Stage zumba et atelier danse le 28 janvier :

Venez nombreux !

Info GV 04

Janvier 2017

- Stage zumba
- L'optimisme
- Tarif
- Vacances scolaires
- Bravo Eliane

Stage Zumba le 28 janvier 2017 !

Stage Zumba®

La zumba, un entraînement complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité, un regain d'énergie et un bien-être absolu après chaque séance.

Angélique nous prépare un nouveau stage pour le samedi 28 janvier 2017: salle d'échauffement de l'Aréna, à 14h stage zumba et à 15h15 atelier danse.

Participation : 3 € pour les adhérents, 6 € pour les extérieurs, venez avec de la monnaie !

L'optimisme, c'est bon pour la santé !

Avoir une vision optimiste contribue à rester en meilleure santé et à vivre plus longtemps.

(pour en savoir plus, consultez le site, rubrique nos activités, rubrique notre fédération)

Bravo Eliane !

Pour son implication dans les associations de Gagny, dont la gym volontaire, Eliane a reçu la médaille de la ville de Gagny !



Félicitations Eliane !

Tarif janvier à juin

De janvier à fin juin, un tarif réduit pour les nouveaux inscrits : 126 €, informez vos ami(e)s...et toujours le droit d'essayer pendant 7 jours consécutifs !

Vacances scolaires de février

Quelques séances auront lieu sur la salle d'échauffement de l'Aréna la première semaine des vacances scolaires de février. Consultez le site, rubrique « cette semaine ».

