



GARDEZ LA FORME avec HARMONIE GYM TRESQUOISE



Reprise des cours JEUDI 4 SEPTEMBRE 2025

à la Salle des fêtes Tresques

(salle du haut, accès par l'escalier à l'arrière du bâtiment)

LUNDI : cours assurés par PATRICIA

-18h00-19h00: PILATES

*-19h00-20h00: STEP / CROSS TRAINING / STRETCHING / FULL BODY /
TABATA BODY SCULPT*

JEUDI : cours assurés par VERONIQUE

-18h00-19h00 : PILATES (gym ball, ballon, bâtons, élastiques, anneaux ...)

-19h00-20h00 : LIA / STEP / STRETCHING / RENFORCEMENT MUSCULAIRE

TARIFS ANNUELS 2025-2026

(possibilité de payer en 3 chèques)

-165€ un cours par semaine

-195€ pour cours en illimité

Toute année entamée est due sauf déménagement ou longue maladie (CM obligatoire)

Duvert à tous ! Profitez d'une semaine d'essais gratuits !

Renseignements: 06 23 37 91 29 (Marie-Noëlle) 07 78 82 08 11 (Nicole)

Inscriptions : sur place, avant ou après le cours