



# ASAO GYM

Les cours de l'ASAO GYM ont repris début septembre à la salle des fêtes route des écoles à Angerville l'Orcher.

Venez nous rejoindre pour pratiquer une activité sportive dans une ambiance décontractée.

Activités proposées par 2 professeurs diplômées :  
FITNESS (CARDIO & RENFORCEMENT  
MUSCULAIRE) – PILATES – STRETCHING – GYM  
DOUCE.

 COURS DE FITNESS  
LE MARDI DE 17H30 A 18H30 OU DE 19H15 A 20H15  
LE JEUDI DE 9H00 A 10H00

COURS DE STRETCHING  
LE MARDI DE 18H30 A 19H15.


COURS DE GYM DOUCE  
LE JEUDI DE 10H00 A 11H00

COURS DE PILATES

LE MARDI DE 16H45A 17H30

 INFORMATION : PRÉSIDENTE : MADAME NATHALIE DESTIN

 COURRIEL

 06 38 13 83 10

 FACEBOOK