



Soft body fitness

Description	Ce nouveau type de cours rassemble la plupart des cours du Programme Fitness. Chaque semaine votre professeur vous proposera un cours différent! Vous suivrez aussi bien un cours de renforcement musculaire qu'un cours cardio . Vous ferez ainsi connaissance avec la plupart des cours proposé par l'Ecole-club. Un trimestre varié ,un programme complet et l'assurance de supers résultats!
Contenu	Cours cardio et/ou renforcement musculaire
Objectifs	Retrouver la forme au travers de cours de fitness différents chaque semaine.
Date	sur demande / D_75407
Durée	Total 10.00 période(s)
Ecolage	CHF 180.00
Lieu du cours	Ecole-club Migros Lausanne (en cours de planification)

Ecole-club Migros Lausanne Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33
1003 Lausanne

ecoleclub@gmvd.migros.ch
ecole-club.ch

