



L'Ecole-Club fait bouger la Suisse

| | |
|-------------------------------------|---|
| Description | Renforcement musculaire, Body Sculpt ou Pilates ? Voilà votre cocktail pour être fit et tonique pour l'été ! Découvrez le cours de mouvement qui vous convient le mieux. Le 23 mars 2019, participez gratuitement à notre fête du fitness ! Une journée pour découvrir les tendances en matière de fitness et faire connaissance avec nos instructeurs qui sauront vous motiver et vous conseiller. L'Ecole-club et l'Initiative Santé iM puls se réjouissent de vivre avec vous ce samedi sportif et divertissant. |
| Contenu | Vous pouvez tester différents cours de fitness. Les séances durent 30 minutes chacune. Voilà le programme détaillé de la journée. |
| Prérequis | Aucun |
| Groupe cible | Dès 16 ans |
| Objectifs | Vous aurez un samedi pour tester les différents cours de fitness proposés dans le centre de votre choix afin de découvrir le type d'entraînement qui vous convient le mieux. Les nouvelles tendances et les disciplines plus classiques telles que le Pilates, la Gym du Dos, Le Hiit, le Piloxing et la Zumba n'auront plus de secrets pour vous. |
| Informations supplémentaires | Vous trouverez d'autres offres de cette journée de fitness en recherchant "L'Ecole-club fait bouger la Suisse". Vous êtes cordialement invité! |
| Suite possible | Pour davantage d'informations relatives à ces cours, veuillez consulter notre site interne école_club ou vous renseigner auprès de nos réceptions |
| Date | sur demande / D_76289 |
| Durée | Total 1.00 période(s) |
| Ecolage | CHF 0.00 |
| Lieu du cours | Ecole-club Migros Genève (en cours de planification) |

Ecole-club Migros Genève

Tel. +41 58 568 80 00

Esplanade Pont-Rouge 2
1212 Grand-Lancy

ecoleclub.pont-rouge@migrosgeneve.ch
ecole-club.ch

