

# PORTE OUVERTE

**MERCREDI 8 SEPTEMBRE 2021  
AU NOUVEAU GYMNASSE**

**VENEZ ESSAYER TOUTES NOS ACTIVITES GRATUITEMENT  
GYMNASTIQUE RYTHMIQUE, STEP, CARDIO DANCE, FITBALL,  
BABY GYM.**

## **PROGRAMME DE LA JOURNEE :**

### **DE 14H30 A 17H :**

- Découverte de la gymnastique rythmique (enfants à partir de 2017)
- Plusieurs petites démonstrations

### **DE 15H30 A 17H30**

- parcours baby-gym, possibilité d'essayer.

### **DE 18H A 19H**

- Cours de cardio (plusieurs styles seront proposés)

### **19H A 20H**

- cours de renforcement/stretching



**Pour plus de renseignements :**  
**contactez le 02 32 56 48 82**  
**Visitez le site [www.agcba.fr](http://www.agcba.fr)**