



GYM' Plurielles
Ceyzériat-Montagnat

***Ouverture éventuelle d'un cours
de yoga à Montagnat***

***Deux cours d'essai gratuits
vendredi 30 septembre et 7 octobre***

Prévoir un tapis de sol et une tenue adaptée

Cours maintenu sur l'année si nombre
d'inscriptions suffisant

Yoga de l'énergie

Animé par **Eric Trontin**

Vendredi 9h 10h

**Dojo Vallière de
Montagnat**

Complexe sportif chemin de la Craz

Le yoga apporte

- **Confiance**
- **Bien être**
- **Détente**
- **Concentration**

Renseignements sur le site de Gym'Plurielles ou tél : 06 19 18 07 34

Association Gym'Plurielles Mairie de Ceyzeriat 01250 CEYZERIAT
N° SIRET 335 183 562 000 16 Code APE-NAF 9312Z Association loi 1901 agréée jeunesse & sport

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique



GYM' Plurielles
Ceyzériat-Montagnat

***Ouverture éventuelle d'un cours
de yoga à Montagnat***

***Deux cours d'essai gratuits
vendredi 30 septembre et 7 octobre***

Prévoir un tapis de sol et une tenue adaptée

Cours maintenu sur l'année si nombre
d'inscriptions suffisant

Yoga de l'énergie

Animé par **Eric Trontin**

Vendredi 9h 10h

**Dojo Vallière de
Montagnat**

Complexe sportif chemin de la Craz

Le yoga apporte

- **Confiance**
- **Bien être**
- **Détente**
- **Concentration**

Renseignements sur le site de Gym'Plurielles ou tél : 06 19 18 07 34

Association Gym'Plurielles Mairie de Ceyzeriat 01250 CEYZERIAT
N° SIRET 335 183 562 000 16 Code APE-NAF 9312Z Association loi 1901 agréée jeunesse & sport

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique