MJC Bussières

CIRCUIT TRAINING PLEIN AIR

Challenges individuels et collectifs
Exercices cardiovasculaires
Renforcement musculaire

CONVIVIALITE
DEPASSEMENT DE SOI

SAMEDI 21 JANVIER DE 9H30 A 11H00

Avec Christelle BONNET

Tarifs : 5 € (Adhérent), 7 € (Extérieur) - RDV à la MJC de Bussières autour d'un café!

Venir avec une tenue décontractée, baskets running et bouteille d'eau

www.mjcbussieres.com – Inscriptions : 04 77 27 39 60 ou m.j.c42@orange.fr