ATELIER BIEN-ÊTRE À LA MJC

AVEC ISABELLE ROSSI

Activités physiques et santé

16 ANS ET +

Cet atelier vous permettra de comprendre pourquoi l'activité physique est bonne pour la santé et vous donnera des outils pratiques pour les mettre en place dans votre quotidien !

SAM. 18 JANVIER 2025
9 H À 12 H
ESPACE FITNESS A.FOL - VALLEIRY

TARIFS À LA SÉANCE : ADHÉRENT 25€ - NON ADHÉRENT 36€

Inscription via INoé, + d'infos : info@mjcvuache.com - www.mjcvuache.com