



Le Foyer rural de Villey-le-Sec propose une Séance de découverte gratuite et ouverte à tous.



Adhérents, non adhérents, venez découvrir l'activité

FITNESS – ZUMBA - RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Mercredi 27 octobre de 19h20 à 20h20

Salle des fêtes de Villey-le-Sec

Cours dispensés par **Audrey Sourdot**, éducatrice sportive diplômée d'état.

Les séances sont variées et **adaptées à tous dès 14 ans**.

Gym mêlant cardio, cardio boxe, zumba, renforcement musculaire...

Contact Brigitte Leclaire : 06 80 53 98 02

