

# Fitness Adultes/ados

Le foyer rural de Villey-le-Sec  
propose des cours de gym  
mêlant cardio, cardio boxe,  
zumba, renfo musculaire  
debout et au sol.



Chaque mardi  
de 19h45 à  
20h45, salle  
des fêtes de  
Villey-le-Sec

Cours différents et  
adaptés à tous à  
partir de 14 ans

Dispensées par  
Audrey Sourdout,  
éducatrice sportive  
diplômée d'état



**Renseignements**  
**06 80 53 98 02**