



## Gym douce

### Soin de Soi

Venez découvrir le cours de gym douce, constitué d'étirements et relaxation !



Chaque mercredi soir, à 18h, 19h, 20h, venez faire le plein de détente, renforcez votre capital santé, et offrez-vous un break en semaine, à un prix modique (65euros par an), dans une ambiance légère et conviviale à l'Institut Saint-Roch à Marche.

A toute fin utile, sachez que le cours est organisé par le Club des Gymnastes Saint-Georges, et reconnu comme association sportive. Il bénéficie d'un remboursement mutuelle à raison de 40 50 euros par an.