

## GYM SURPOIDS

En cas de surcharge pondérale, il est important de pratiquer régulièrement une activité physique, afin de :

- Retrouver le plaisir de bouger sans difficulté
- Se sentir en pleine forme
- Renforcer le système cardio-vasculaire

Exercices variés et adaptés aux participants.

### LA TOUR-DE-PEILZ

jeudi 19h	du 3 sept. au 10 déc. 2009	13 x 1h	fr. 240.50
	du 7 janvier au 25 mars 2010	11 x 1h	fr. 203.50
	du 15 avril au 17 juin 2010	9 x 1h	fr. 166.50