

GYM DYNAMIC



ESPACE PREVENTION
Pré-du-Marché 23 - 1004 Lausanne
tél. 021 / 644'04'24
fax 021 / 644'04'26
www.espace-prevention.ch

Secrétariat ouvert de 9h à 12h
et de 14h à 17h
Fermé le vendredi après-midi et le samedi

La gym dynamic est un cours tonique... et musical !
Des mouvements de renforcement musculaire de façon ludique en alternance avec des exercices légèrement « dansés » sur des chorégraphies de pas de danse connues (par ex. valse, cha-cha-cha, tango, charleston) par des mouvements simples et parfaitement expliqués.

L'échauffement, le renforcement musculaire, la maîtrise du bassin, le contrôle de la sangle abdominale et la relaxation, sont les objectifs de ce cours. Une heure de plaisir et de bonne humeur !
Ce cours s'adresse à tout le monde.

Dates des cours :

Mardi à 12h15

- dès le 24 août 2010 15 x 1h Prix : fr. 292.50
- dès le 11 janvier 2011 13 x 1h Prix : fr. 253.50
- dès le 3 mai 2011 9 x 1h Prix : fr. 175.50

Réduction 15 % pour apprentis, étudiants, AVS, chômeurs
A payer au plus tard 10 jours avant le cours.

Lieu du cours:
Espace Prévention
Pré-du-Marché 21 salle de gym
1004 Lausanne

Vous vous inscrivez avec le bulletin d'inscription ci-contre ou via notre site internet. Le paiement n'est pas un moyen d'inscription.
Conditions générales: voir le programme général..

BULLETIN D'INSCRIPTION

GYM DYNAMIC

NOM (Majuscules) :

PRENOM :

Date de naissance :

Bénéficiaire AVS Bénéficiaire AI Etudiant

Adresse :

No postal : localité :

N° tél.

Privé : prof :

DEBUT DU COURS :

JOUR : HEURE :

BULLETIN D'INSCRIPTION
A RETOURNER RAPIDEMENT
à

Espace Prévention, Pré-du-Marché 23
1004 Lausanne
tél. 021/644'04'24 – fax 021/644'04'26
www.espace-prevention.ch

J'ai pris connaissance des conditions du cours et des conditions générales et les accepte.

DATE ET SIGNATURE :

