



# GYM - Séance d'essai

Venez rencontrer GWLADYS notre prof de gym,  
le lundi 04 juillet de 19h30 à 20h30

*Venez essayer la gym douce (PILATES) de 19h30 à 20h  
Et une gym dynamique de 20h à 20h30*

## *Séance d'essai gratuite*

Si vous êtes intéressé(e) mais que vous ne pouvez pas être présent(e), laissez nous un message sur  
notre adresse de messagerie : [foyer.rural.prenois@ecomail.fr](mailto:foyer.rural.prenois@ecomail.fr)  
Ou contactez *Sylvie BONNET* : 06-37-70-44-45

« Pour se sentir bien, bougeons ensemble. »

---



# ZUMBA - Séance d'essai

Venez rencontrer DELPHINE notre prof de zumba,  
le jeudi 07 juillet de 19h30 à 20h30

## *Séance d'essai gratuite*

Si vous êtes intéressé(e) mais que vous ne pouvez pas être présent(e), laissez nous un message sur  
notre adresse de messagerie : [foyer.rural.prenois@ecomail.fr](mailto:foyer.rural.prenois@ecomail.fr)  
Ou contactez *Sylvie BONNET* : 06-37-70-44-45

« Pour se sentir bien, bougeons ensemble. »

---