



STRONG

BY ZUMBA™



Bouteille d'
& Tapis recommandés

5 €
Minimum

A partir de 16 ans

Samedi **02** Décembre **2017**
de 11h15 à 12h15
Complexe Sportif de la Manse
de Ste Maure de Touraine

Par **ALEXANDRA MOURA**, Diplômée d'Etat BPJEPS

STRONG by Zumba™ associe les bienfaits de l'entraînement par intervalles à haute intensité au facteur de motivation ultime qui est la musique. A chaque cours, la musique et les mouvements se synchronisent pour repousser vos limites.



AFM TÉLÉTHON

INNOVER POUR GUÉRIR



Et pour les enfants...

2 €
Minimum

« **LE FIT LANTA KIDS** »
Parcours ludique & amusant pour enfants

De 5 ans à 15 ans

Places
Limitées

