



## INFORMATIONS



MULHOUSE Choregrafica



Début le mardi 04 février 2020



DURÉE : 01:00

Prix : **131.00 €**

PROFILS : Coach Sportif

### PRE REQUIS :

Accessible à toutes et à tous.  
Prévoir un tapis de sol, une tenue souple, un petit coussin, une serviette et une bouteille d'eau.

Certificat médical obligatoire à remettre à l'intervenant.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MU824

## DESCRIPTION

Sculpter son corps en harmonie et en douceur par des techniques de renforcement des muscles profonds.



## OBJECTIFS

Allier bien être physique et moral.

Harmonie à l'intérieur du corps, entre tous les muscles et avec la respiration.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	04-02-2020	19:30	01:00	
Mardi	11-02-2020	19:30	01:00	
Mardi	03-03-2020	19:30	01:00	
Mardi	10-03-2020	19:30	01:00	
Mardi	17-03-2020	19:30	01:00	
Mardi	24-03-2020	19:30	01:00	
Mardi	31-03-2020	19:30	01:00	
Mardi	07-04-2020	19:30	01:00	
Mardi	28-04-2020	19:30	01:00	
Mardi	05-05-2020	19:30	01:00	
Mardi	12-05-2020	19:30	01:00	
Mardi	19-05-2020	19:30	01:00	
Mardi	26-05-2020	19:30	01:00	
Mardi	02-06-2020	19:30	01:00	
Mardi	09-06-2020	19:30	01:00	
Mardi	16-06-2020	19:30	01:00	
Mardi	23-06-2020	19:30	01:00	