



INFORMATIONS



MULHOUSE MCP Cité

(Gymnase)



Début le jeudi 06 février 2020



DURÉE : 01:00

Prix : **123.00 €**

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 : 4MU507

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
Jeudi	06-02-2020	18:00	01:00	MCP Cité, 29, rue du Chanoine Henri Cetty - 68200 MULHOUSE
Jeudi	13-02-2020	18:00	01:00	MCP Cité, 29, rue du Chanoine Henri Cetty - 68200 MULHOUSE
Jeudi	05-03-2020	18:00	01:00	MCP Cité, 29, rue du Chanoine Henri Cetty - 68200 MULHOUSE
Jeudi	12-03-2020	18:00	01:00	MCP Cité, 29, rue du Chanoine Henri Cetty - 68200 MULHOUSE
Jeudi	19-03-2020	18:00	01:00	MCP Cité, 29, rue du Chanoine Henri Cetty - 68200 MULHOUSE
Jeudi	26-03-2020	18:00	01:00	MCP Cité, 29, rue du Chanoine Henri Cetty - 68200 MULHOUSE
Lundi	06-04-2020	18:00	01:00	, -
Lundi	13-04-2020	18:00	01:00	, -
Lundi	20-04-2020	18:00	01:00	, -
Lundi	27-04-2020	18:00	01:00	, -
Lundi	04-05-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	11-05-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	18-05-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	25-05-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	01-06-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	08-06-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	15-06-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	22-06-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -
Lundi	29-06-2020	18:00	01:00	Visio-atelier, Visio -