



## INFORMATIONS



MULHOUSE Choregrafica



Début le samedi 16 octobre 2021



DURÉE : 01:00

Prix : **115.00 €**

PROFILS : Coach sportif

### PRE REQUIS :

Accessible à toutes et à tous.

### MATERIEL :

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

CODE ACTIVITÉ : 6MU0860

## DESCRIPTION

Sculpter son corps en harmonie, en sécurité 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
Samedi	16-10-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	23-10-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	13-11-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	20-11-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	27-11-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	04-12-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	11-12-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	18-12-2021	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	08-01-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	15-01-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	22-01-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	29-01-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	05-02-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	26-02-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Samedi	05-03-2022	12:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE