

# Cardio/renfo pour tous



M. BACCAM Eric

#### **INFORMATIONS**

9

MULHOUSE Choregrafica



Début le lundi 18 octobre 2021

1

**DURÉE**: 01:00

Prix: 115.00 €

**PROFILS**: Coach sportif

PRE REQUIS:

Cette activité est ouverte à tous et à toutes.

MATERIEL:

Tapis, serviette et bouteille d'eau.

**CODE ACTIVITÉ: 6MU0874** 

#### **DESCRIPTION**

Séance sportive alliant des exercices cardiovasculaires et du renforcement musculaire, le tout en musique.



# Cardio/renfo pour tous



M. BACCAM Eric

### **OBJECTIFS**

Brûler des calories tout en s'amusant pour allier bien-être physique et moral.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	18-10-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	08-11-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	15-11-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	22-11-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	29-11-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	06-12-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	13-12-2021	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	03-01-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	10-01-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	17-01-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	24-01-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	31-01-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	21-02-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	28-02-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Lundi	07-03-2022	09:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE