



INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 02)



Début le jeudi 29 septembre 2022



DURÉE : 01:00

Prix : **116.00 €**

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 : 7MU0840

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.
- Parvenir à l'harmonie du corps, entre tous les muscles et avec la respiration.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jedi	29-09-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	06-10-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	13-10-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	20-10-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	10-11-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	17-11-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	24-11-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	01-12-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	08-12-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	15-12-2022	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	05-01-2023	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	12-01-2023	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	19-01-2023	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	26-01-2023	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jedi	02-02-2023	18:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE