

Nouvelle  
saison !



**KNOERINGUE**  
— ALSACE —

## COURS DE FITNESS

Venez bouger en musique avec Carole !

### GYM DOUCE

Les mardis  
de 18h30 à 19h30

(un mix d'exercices de  
renforcement musculaire,  
souplesse, étirements...)

### GYM TONIQUE

Les mardis  
de 19h45 à 20h45

(un mix de cardio, cuisses-  
abdos-fessiers, steps,  
stretching...)

Redémarrage des cours le mardi 11 septembre 2018

Salle des fêtes de Knoeringue  
(N'oubliez pas votre tapis !)

COTISATION ANNUELLE : 100 €

2 séances d'essai gratuites, alors n'hésitez plus, rejoignez-nous !!!

---

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS : JULIE MERTZ - 06 82 21 44 90