



# KNOERINGUE

ALSACE

Saison  
2022/2023

## COURS DE FITNESS

Venez

bouger en musique avec Margaux  
Ambiance conviviale assurée !

### GYM DOUCE

Les mardis  
de 18h30 à 19h30

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

### GYM TONIQUE

Les mardis  
de 19h40 à 20h40

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

### Reprise

des cours le mardi 6 septembre 2022

RV à la salle des fêtes de Knoeringue  
(N'oubliez pas votre tapis !)

COTISATION ANNUELLE : 120 €

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

---

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

