

Envie de faire une activité physique  
dans une ambiance décontractée et bienveillante?

N'hésite pas, fais le pas et rejoins-nous!

## COURS DE GYM-FIT

*Des cours variés, adaptés à toutes les femmes, toutes  
les conditions physiques... à toi de fixer ton intensité!*

**Les lundis et/ou jeudis de 19h30 à 20h30**

Reprise : lundi 29.08.2022, jeudi 01.09.2022

**Grande salle d'Aumont**

**150.-CHF/an**

**(essai libre durant 1 mois)**

Contact : Nadia 078 734 12 35

Société de gym dames Aumont/Granges-de-Vesin

Cuisses-abdos-fessiers, douce ou haute intensité,  
gainage, renforcement musculaire, cardio et bien  
plus !

