

YOGA

YIN YOGA ET HATHA YOGA



**1 cours d'essai gratuit
TOUT PUBLIC**



VILLARS/VAR
Tous les vendredis
début le
15 septembre

YIN YOGA 16H30
HATHA YOGA 18H30

TOUËT/VAR
Tous les lundis
début le
18 septembre

YIN YOGA 11h
HATHA YOGA 18H45

7 € la séance
Paiement au trimestre pour 12 séances



@activallees06



06.49.60.20.47



@activallees

Ne pas jeter sur la voie publique



WORKOUT

RENFO - CARDIO - MOBILITÉ



1 cours d'essai gratuit
ADOS/ADULTES

début le
12 septembre

TOURNEFORT
Mardis 19H

début le
13 septembre

VILLARS/VAR
Mercredis 18h45

début le
22 septembre

TOUËT/VAR
Vendredis 18H45

Une session rythmée de mouvements dynamiques et fluides inspirés de plusieurs pratiques sportives (fitness, arts martiaux/combat, danse, improvisation, animal flow, sports collectifs ...) pour renforcer vos muscles de manière harmonieuse et améliorer votre cardio.

6,25 € la séance

Paiement au trimestre pour 12 séances



@activallee06



06.49.60.20.47



@activallee

MULTISPORTS

ENFANTS 6 À 12 ANS



1 cours d'essai gratuit



VILLARS/VAR
Tous les mercredis
de 11h à 12h

TOUËT/VAR
Tous les mercredis
de 15h à 16h

début le
13 septembre

Un large répertoire de mouvement à travers un programme sportif pluridisciplinaire (sports collectifs, jeux sportifs, expression libre, jeux de raquettes ... Une éducation à un mode de vie active et à l'autonomie à travers des jeux éducatifs et des ateliers.

PASS SPORT


CHÈQUE-VACANCES

3,33 € la séance

Paiement au trimestre pour 12 séances



@activallees06



06.49.60.20.47



@activallees