

20
21

KREYOL GYM PRESENTE



STAGE JUILLET GYMNASTIQUE

**SPÉCIAL
RENFORCEMENT
LA SEMAINE A 197€**



**-10 % POUR LES LICENCIÉS
KREYOL GYM**

**DU 05 AU 09
JUILLET 2021**

LIEU : MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE
RUE AUGUSTE FLAUNE - FORT DE FRANCE

INSCRIPTION AU 0696196608

PROGRAMME

OBJECTIF :
GAGNER EN MUSCLES

HORAIRE
MATIN : 10H00 A 12H30

PAUSE DÉJEUNER SUR
PLACE, LÉGUMES, CRUDITÉS,
FRUITS CONSEILLÉS

APRES-MIDI : 14H00 A 16H30

05

- Présentation
- Activités et Jeux



06

- Renfo cuisses
- Activités



07

- Renfo bras
- Activités



08

- Renfo dos/abdos
- Activités



09

- Révisions
- Activités
- Compétition

