



Afin de soutenir vos bonnes résolutions, nous vous proposons des séances :

- de Yoga

pour se réapproprier votre corps par des postures simples, adaptées à vos possibilités, et des techniques sur le souffle pour réduire le stress et maîtriser vos émotions

A Saverne : reprise le 10 septembre 2018

17 rue de la Cote

le lundi de 9h à 10h30

tarif trimestriel : 65 €*

A Bernolsheim : reprise le 12 septembre 2018

Salle polyvalente mairie

le mercredi de 9h30 à 11h

tarif trimestriel : 65 €*

A Souffelweyersheim : reprise le 13 septembre

Centre des 7 Arpents

le jeudi de 8h45 à 10h15

tarif trimestriel : 65€*

Nota : des séances d'initiation sont proposées en Médicale B uniquement sur inscription

- de gymnastique douce

pour le maintien et la remise en forme, l'assouplissement, stretching, et le travail de l'équilibre

A Strasbourg : reprise le 17 septembre 2018

Maison de retraite *Ste Agnès*

Rue Ste Agnès

le lundi de 9h15 à 10h15

tarif trimestriel : 45 €*

A Strasbourg Meinau : reprise le 17 septembre 2018

Maison de retraite « *le Kachelofe* »

44 rue de la Canardière

le lundi de 9h15 à 10h15

tarif trimestriel : 45 €*

A Allenwiller : reprise le 19 septembre 2018

Salle des fêtes

le mercredi de 10h à 11h

tarif trimestriel : 45 €*

A Quatzenheim : reprise le 19 septembre 2018

Salle de musique de l'école

1 rue de l'Ecole

le mercredi de 14h à 15h

tarif trimestriel : 45 €*

A Griesheim près Molsheim : reprise le 19 septembre 2018

Centre des aînés rue de l'Europe

le mercredi de 14h à 15h

tarif trimestriel : 45 €*

