

# GYM adultes - ST NAUPHARY

ENVIE DE BOUGER - SE DEPENSER - SE SENTIR MIEUX DANS SON CORPS

VENEZ NOUS REJOINDRE ! TROIS COURS D'ESSAI GRATUITS

<b>LUNDI</b>	19h - 20h	GYMNASE ST NAUPHARY
<b>MERCREDI</b>	19h - 20h	SALLE DES FETES CHARROS



**RENFORCEMENT MUSCULAIRE**  
**PILATES**  
**FITNESS**  
**FITBALL**  
**STRETCHING**  
**POUNDS**



<b>JEUDI</b>	19h - 20h	SALLE du STADE ST NAUPHARY
--------------	-----------	----------------------------

**STEP**

Les lundis et mercredis, les cours sont variés et intègrent alternativement diverses méthodes et équipements : tapis, sangles élastiques, bâtons, poids, chaises, ballons.

**REPRISE lundi 8 SEPTEMBRE 2025**

**TARIFS :**

1 COURS / semaine	80 euros
2 COURS "	135 euros
3 COURS "	195 euros

**RENSEIGNEMENTS :**

CAPOULADE Brigitte 06 04 47 78 39  
LECOINTE Marie-Jeanne 06 32 67 81 08  
clubstnaupharygym82@gmail.com



NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE