



GYM CLUB HAGENTHAL

Programme 2022-2023

Cours de Fitness



Le Club de Gym de Hagenthal est heureux de partager avec vous le lancement de sa nouvelle rentrée sportive à partir du mois de septembre. Cette séance, animée par Élisabeth, convient à toutes celles qui souhaitent prendre soin de leur corps dans la bonne humeur !

Venez bouger au rythme de la musique et découvrir différents exercices de renforcement musculaire, d'étirements, de coordination et de relaxation !

Tous les mercredis de 20h00 à 21h00
Salle polyvalente de Hagenthal-le-Bas
1^{er} cours : 7 septembre 2022



Marche nordique

Adeptes de randonnée ou à la recherche d'une activité en plein air et dans la nature sundgauvienne, rejoignez le groupe de marche nordique encadré par Évelyne et Annic. Elles sauront vous faire découvrir notre belle région pendant 2 heures tous les mardis en semaine paire !

N'hésitez pas à nous rejoindre quel que soit votre niveau !

Tous les mardis en semaine paire de 13h45 à 15h45
1^{ère} sortie : 6 septembre 2022

Pour tous renseignements ou inscriptions, contactez Evelyne au 03.89.67.53.25 ou par mail : gymclubhagenthal@gmail.com