

Stage Hiit Hich

Samedi 9 avril 2022 de 10h à 11h30

**Salle de Danse Pôle Culturel (ancien collège) Conches
avec Laetitia Lenay, Coach Sportif**

**Training / Stretching/
Conseils pour être en forme :
sommeil, alimentation, hydratation,....
adultes/ados à partir de 16 ans**

**Tarif : 6 €
adultes/ados à partir de 16 ans**

Inscription le plus tôt possible avant le 7 avril 2022



ESPACE MAILISO

4, Rue Ste Foy - 27190 Conches - Tél.02.32.30.23.15

Site:www.espacemailiso.net

Facebook:www.facebook.com/espace.mailiso