



GOL

Nom et prénom du responsable de l'association :
Arlette MOUTAFTCHIEV

Adresse : 14 lot. Les Tourterelles - Quartier les Roches -
26270 LORIENT-SUR-DROME

Téléphone fixe : /
Téléphone portable : 06 76 94 86 69

@-mail : asmoutaftchiev@orange.fr
Site internet :

Activité : Gymnastique
Lieu d'activité : Maison Pour Tous

Descriptions / informations :

Le Groupe Omnisports Lorientais vous propose :

Baby- Gym : éducation corporelle et artistique des enfants entre 2 et 5 ans. Cette gymnastique est abordée avec le plaisir du jeu au travers d'exercices et avec du matériel pédagogique adapté. *Mercredi matin*

Gymnastique sportive : A partir de 6 ans et pour les filles, cette gymnastique artistique féminine consiste à aligner des combinaisons de mouvements aux 4 agrès : sol, poutre, table de saut et barres.

1 à 3 entrainements par semaine

Gymnastique Loisirs : Permet à toutes les filles qui le souhaitent de découvrir ou de continuer la gym tout en faisant plaisir. Cours plus souples, et demandant moins de rigueur. *1 cours par semaine*

Zumba Fitness - Remise en forme : Cette section propose 1 cours de Zumba Fitness et 1 cours lié aux différentes activités de remise en forme : musculaire, step, LIA et HIA, ...

1 cours = 1h00 / semaine ; possibilité de faire les 2 cours pour le même tarif.

Compétitions obligatoires : Oui Non
Certificat médical obligatoire : Oui Non