

Gym Anatomique Préventive VITASANTE

GYM ADULTE HOMMES ET FEMMES

Développer son bien-être physique et mental par la pratique d'un gym douce et tonique, basée sur des mouvements fluides, tenant compte de son anatomie.

Entre le PILATES, le YOGA, le RENFORCEMENT MUSCULAIRE et le STRETCHING

Gain de vitalité, concentration, compréhension de son corps.
Prévention contre les douleurs et blessures.

LUNDI de 18h à 19h30

MARDI de 9h à 10h30

MERCREDI DE 18H30 à 20h

Salle de danse de la
Léchère à EVIAN LES BAINS

Cours de septembre à juin

EVELYNE FORTUNER

Diplômée de 3 brevets d'Etat Sportif, Conseillère et Formatrice, diplômée en Sciences Sociales, diététique et gestion du Stress depuis 15 ans.
Créatrice d'un concept innovant de prise en charge globale déposé à l'INPI.

 **06.18.93.81.43 - evelynefortuner@orange.fr**