

Cours de gym

Les cours de gym du mercredi soir proposés par le Service des Sports de la Ville sont un réel moment de détente et de bien être pour l'ensemble des participants....une fois 21 heures passées !! Avant ça, dès 19h30, Sylvie, leur a concocté un programme très cadencé avec un "interval training" de haute intensité ! La preuve en images...













