

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document

mardi				
Gym tonique	09:30 - 10:30	Adultes	Débutant Confirmé	ANNEXE SALLE POLYVALENTE
Yoga sur chaise	14:15 - 15:15	Adultes	Débutant Confirmé	ANNEXE SALLE POLYVALENTE
Equilibre/Prévention des chutes	15:30 - 16:30	Séniors	Débutant Confirmé	ANNEXE SALLE POLYVALENTE
mercredi				
PilatesDébutants	16:00 - 17:00	Adultes	Débutant Confirmé	ANNEXE SALLE POLYVALENTE
PilatesConfirmés	17:15 - 18:15	Adultes	Débutant Confirmé	ANNEXE SALLE POLYVALENTE
jeudi				
Stretching	10:45 - 11:45	Adultes	Débutant Confirmé	ANNEXE SALLE POLYVALENTE



Lieux & contacts



Siège

GYM-FOR'M PLURIEN
6 RUE DE ROSEDO
22240 PLURIEN
T 06 26 62 27 14
fcojean@neuf.fr



Lieux de pratique

ANNEXE SALLE POLYVALENTE
RUE DE MONTANGUE
22240 PLURIEN

