

# FOYER RURAL DE MEUSSIA

**activité gym le mardi soir** avec Adrien,  
animateur sportif EPGV.

**salle des fêtes de Meussia à partir du mardi 15  
septembre 2020.**

19 h – 20 h : séances diversifiées adaptées  
au rythme de chacun(e) : renforcement  
musculaire, cardio, pilates....

Prévoir tenue de sport, tapis de sol, eau,  
masque pour entrée et sortie de la salle, gel.

Le 15 septembre : séance de découverte

Contact : Monique Hôte 03 84 60 38 95  
[monique.hote@gmail.com](mailto:monique.hote@gmail.com)



