



SILVER XIII



UNE PRATIQUE DE SPORT SANTÉ BASÉE SUR LE
RENFORCEMENT MUSCULAIRE AINSI QUE LE TRAVAIL DE
L'EQUILIBRE ET LA PREVENTION DES CHUTES

**Exercices en groupe dans la
bonne humeur!
Ouvert à tous les niveaux**



VENEZ VOUS DÉPENSER !

Tout en étant encadré par
un professionnel.
Retrouvez la forme!



**CSC RAGON
RUE DU VIVIER
SALLE DE LA CARRÉE**

**UNE AMBIANCE
CONVIVIALE**



REZERUGBY13@GMAIL.COM

**LE MERCREDI
11H-12H**

tendance à la bonne humeur



REZEXIII



REZEXIII