



GYM SCHWEECHERDAUL ASBL

# GYM SCHWEECHERDAUL ASBL

Ufank vun de Coursen / Reprise des cours : 18 septembre 2023

Sportshal Biekerech / Hall sportif Beckerich

## BODY-SHAPE 1

all Méindeg vum 18.9. un / chaque lundi à partir du 18.9.

vun 18:45 - 19:45 Auer

am roude Sall / salle rouge

MONITRICE: GABRIELA

Umellung/Inscription: Tél.: 691828118 / Mireille

## PILATES 1

all Mëttwoch vum 20.9. un / chaque mercredi à partir du 20.9.

vun 19:00 - 20:00 Auer

am roude Sall / salle rouge

MONITRICE: ANNE-SOPHIE

Umellung/Inscription: Tél.: 621218056 / Françoise SMS + Whatsapp ou à p. de 18:00

## BODY-SHAPE 2

all Méindeg vum 18.9. un / chaque lundi à partir du 18.9.

vun 19:50 - 20:50 Auer

am roude Sall / salle rouge

MONITRICE: GABRIELA

Umellung/Inscription: Tél.: 691828118 / Mireille

## PILATES 2

all Donneschdeg vum 21.9. un / chaque jeudi à partir du 21.9.

vun 19:30 - 20:30 Auer

am roude Sall / salle rouge

MONITRICE: ANNE-SOPHIE

Umellung/Inscription: Tél.: 621218056 / Françoise SMS + Whatsapp ou à p. de 18:00



## ZUMBA STRONG

all Mëttwoch vum 20.9. un / chaque mercredi à partir du 20.9.

vun 20:05 - 21:05 Auer

am grouse Sall / grande salle

MONITEUR: MOMO

Umellung/Inscription: Tél.: 621641915 / Christiane

## YOGA

all Mëttwoch vum 20.9. un / chaque mercredi à partir du 20.9.

vun 20:10 - 21:10 Auer

am roude Sall / salle rouge

MONITRICE: ANNE-SOPHIE

Umellung/Inscription: Tél.: 621218056 / Françoise SMS + Whatsapp ou à p. de 18:00

**NOUVEAU !!!**

## BAILA FIT Danz a Fitness

all Mëttwoch vum 20.9. un / chaque mercredi à partir du 20.9.

vun 19:00 - 20:00 Auer

am grouse Sall / grande salle

MONITEUR: MOMO

Umellung/Inscription: Tél.: 691855890 / Myriam

## PEZZI BALL

all Freideg vum 22.9. un / chaque vendredi à partir du 22.9.

vun 09:30 - 10:30 Auer

am roude Sall / salle rouge

MONITRICE: DHANA

Umellung/Inscription: Tél.: 691786207 / Hilde

**PRIX PAR COURS:**  
50 € / trimestre - 40 € (étudiants)  
CCRA LU78 0090 0000 0436 6605

