

Année 2016/2017

Thèmes : Sports



Atelier

Réveillez vos muscles !

Intervenant : Romuald BOUCHERON
Educateur sportif

Venez effectuer d'une façon simple, efficace et dans la convivialité, un ensemble d'exercices (avec ou sans appareils de musculation), visant à améliorer vos qualités physiques : tonus musculaire, endurance, équilibre.... Le tout, sous la conduite d'un professeur diplômé d'état.

***Un certificat médical, attestant la non contre-indication à la pratique de ce sport est obligatoire.
Daté de moins de 3 mois, il devra être remis au secrétariat de l'UIA avant le début des cours.***

Pour ces séances, il vous sera demandé d'apporter une serviette et une bouteille d'eau.

Jour et heure : Vendredi de 9h30 à 10h15
Nombre de séances : 27 séances
Lieu : Complexe sportif « Jacques Marinelli », rue Doré à Melun

Calendrier

septembre	octobre	novembre	décembre	janvier	février	mars	avril	mai
16	7	4	2	6	3	3	21	5
23	14	18	9	13	24	10	28	12
30		25	16	20		17		19
				27		24		
						31		

Calendrier non contractuel susceptible d'être modifié

Tarif CAMVS : 130 €
Tarif Extérieur : 132 €

Université Inter-Âges - 23 rue du Château - 77000 MELUN
Tél : 01 64 52 01 21 Fax : 01 60 56 07 35 email : uia@ville-melun.fr

