



INFORMATIONS



MULHOUSE Choregrafica



Début le mardi 19 octobre 2021



DURÉE : 01:00

Prix : **115.00 €**

PROFILS : Coach sportif

PRE REQUIS :

Accessible à toutes et à tous.

MATERIEL :

Prévoir tapis de sol, tenue souple, un petit coussin, une serviette et une bouteille d'eau.

CODE ACTIVITÉ : 6MU0842

DESCRIPTION

Sculpter son corps en harmonie, en sécurité et en douceur par des techniques de renforcement des muscles profonds.



OBJECTIFS

Allier bien être physique et moral.

Harmonie à l'intérieur du corps, entre tous les muscles et avec la respiration.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	19-10-2021	11:00	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	09-11-2021	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	16-11-2021	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	23-11-2021	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	30-11-2021	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	07-12-2021	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	14-12-2021	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	04-01-2022	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	11-01-2022	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	18-01-2022	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	25-01-2022	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	01-02-2022	11:15	01:00	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Mardi	22-02-2022	11:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	01-03-2022	11:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	08-03-2022	11:15	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE