



INFORMATIONS

 not found or type unknown
MULHOUSE Choregrafica

 not found or type unknown
Début le samedi 26 février 2022

 not found or type unknown
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 : 6MU0858

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 |
|--------|------------|---------|-------|----------------------------------------------------|
| Samedi | 26-02-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 05-03-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 12-03-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 19-03-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 26-03-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 02-04-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 09-04-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 30-04-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 07-05-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 14-05-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 21-05-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 04-06-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 11-06-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 18-06-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Samedi | 25-06-2022 | 12:00 | 01:00 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |