



APRES-MIDI DECOUVERTE DE LA ZUMBA

Le Samedi 19 Novembre 2011 à partir de 14h et ce jusqu'à 18h

Danse originaire d'Amérique Latine, qui mélange des rythmes et des chorégraphies de plusieurs danses telles que la salsa, le merengue, le flamenco et des mouvements dynamiques de **FITNESS**.

La Zumba est avant tout un cours de cardio qui permet de travailler son rythme cardiaque sur des danses et musiques latines.

Cette invitation s'adresse à tout public à partir de 14 ans

Venez profitez de cette journée pour essayer nos équipements de cardio et de musculation,
Une tombola gratuite sera organisée lors de cette journée avec en cadeau principal un abonnement de 3 mois (salle+cours) offert à notre salle.

Salle de Musculation et de Cardio **Gresi'Fitness**
ASPTT Grenoble
787, Chemin de la Croix Verte
38330 Montbonnot St Martin
TEL : 04 76 41 07 39 - grenoble@asptt.com

Nous vous attendons nombreux !

Participation aux frais : 2 €par personne