



CAP sur la Forme



A Châtillon, des cours adaptés à tous, animés par différents intervenants, pour retrouver la forme ou la conserver ...



Lundi ⇒ 18h30/19h30, Renfo musculaire tonique
⇒ 19h30/20h30, Pilates

(salle d'évolution école primaire Châtillon)

Mardi ⇒ 8h30/9h30, Pilates (Dojo)

Mardi ⇒ 18h30/19h30, Gym tonique (Dojo)

Jeudi ⇒ 11h/12h30, Renfo musculaire doux (Dojo)

Jeudi ⇒ 19h00/20h00, Sophrologie à CAP Générations



**Possibilité mise en place
cours de Do In
le jeudi de 15h30/16h30
selon le nb d'inscrits**

**Reprises des cours
les 1, 2 et 4/10
cours d'essai gratuits
sur demande**

**Un tarif annuel unique : 150€ pour
6 cours différents dans la semaine**

*Remise de 10% pour les - de 26 ans ou
pour la seconde inscription dans la famille*

**Inscriptions du 20/06 au 31/10, les mardis
et jeudis, 13h30/16h30 à l'accueil**

Place de la poste
69380 CHATILLON D'AZERGUES

Tél : 04.72.54.48.76
Email : cap.generations@numericable.com
Site : www.capgenerations.org



