Nathalie GUIDEL

CALLANETICS – GYMNASTIQUE POSTURALE

Méthode de remise en forme dont le principe est de remodeler le corps, en se basant sur des postures bien précises.
Cette technique permet d'améliorer la souplesse et la posture, tout en éliminant les tensions du corps.
Originale, douce et puissante, cette gym est accessible à tous.
Tout au long de la séance, l'instructeur assure le suivi de chaque élève.

TARIFS : *Cours collectifs*

1 cours par semaine : 10€ – ou 276€/an.
Possibilité de régler en 3 fois.
Adhésion obligatoire à l'association 22€. Faire un chèque à l'ordre des « ateliers du champ girault », l'enseignant transmettra.

Possibilité de cours sur Tours Nord.

HORAIRES

Cours de septembre à juin.
Mardi : 9h30-10h30.
Pour toute participation à un cours d'essai, entretien téléphonique préalable avec l'enseignant.

CONTACT

06 17 46 74 74