



GYM ESPERANCE DE RODEREN vous propose un cours de

**GYM PILATES – STRETCHING – RENFORCEMENT MUSCULAIRE**

A partir du 8 septembre 2025, chaque lundi de 18h45 à 19h45,  
à la salle de sports du club **ESPERANCE de RODEREN**.

Encadrement : Animatrice diplômée GV - Bernadette ZIMMERMANN

Contacts : Andrée KIPPELEN - tél : 06 08 33 07 42 - Bernadette SIRY – Tél : 06 51 03 98 87

Venez découvrir, le 1<sup>er</sup> cours est gratuit.

NB : Il n'y aura pas cours exceptionnellement les lundis 6 et 13 octobre 2025.