

Centre socioculturel Emile Romanet
04 76 72 80 14



Stretching

Marie

Complément indispensable à toute pratique sportive, le stretching améliore la souplesse musculaire et la mobilité articulaire grâce à des exercices d'étirement de tous les groupes musculaires.

Pratiqué en séance complète, il permet d'évacuer le stress.

Horaires : vendredi de 18h45 à 19h45

Lieu : grande salle du CSC

