



Conditionnement physique

Club de conditionnement physique de 5 à 6 de Salaberry inc.

Une heure de cours répartie en 3 segments soit: réchauffement, marche ou course extérieure, musculation et étirement. Sous la supervision de professeurs qualifiés, ces cours sont les lundis, mercredis, jeudis de 17h à 18h



Prix



Saisons

Printemps, Automne, Hiver



Public-cible

Adultes

Contact

Nom Guylaine Barabé

Téléphone 450 373-3187

Courriel marjo7@cgocable.ca

Lieu de l'activité

Édifice Gaétan-Rousse
110, rue Mathias
Salaberry-de-Valleyfield
J6T 3L6