

ZUMBA



Adultes :

Mardi soir 20h30 à la salle des fêtes de Gimbrett
avec Aurore Tinoy – instructrice « sport pour tous »
reprise le 12 septembre

Enfants :

Mercredi après-midi 17h30 (reprise 6 septembre)
au dojo du complexe sportif de Berstett avec Alexia

Contact :

Sébastien Lasthaus : 03 90 29 01 03

JUDO



Le judo est une activité dans laquelle on peut se faire plaisir, que l'on soit jeune ou moins jeune, garçon ou fille, champion ou débutant. Grâce à un entraînement adapté, il te permettra de progresser physiquement et mentalement.

Force, souplesse, agilité et rapidité tu développeras.

Maîtrise de soi, esprit de décision, ténacité face à la difficulté et la fatigue tu augmenteras.

Cours enfants :

Enfants de 5 à 10 ans :

Mardi soir de 18h00 à 19h00

Enfants de 11 à 14 ans :

Mardi soir de 19h15 à 20h45

Inscriptions au dojo mardi 12 septembre de
18h00 à 19h30

Renseignements:

Sébastien Lasthaus
03 90 29 01 03

L'atelier de Nastasia

Cours de cuisine en groupe.

1 mercredi par mois à la salle des fêtes de
Gimbrett

Informations et inscriptions :

Animatrice : Nastasia JANEL : 06 59 21 78 72

Sébastien LASTHAUS : 03 90 29 01 03



Le centre de loisirs de Berstett est une association à but non lucratif, gérée par une équipe de bénévoles qui mettent leurs compétences, leur temps libre et leur énergie à votre service ! Nous mettons en commun les moyens, les idées et les bonnes volontés pour développer des activités qui participent au bien-être et à la vie de nos villages. Venez rejoindre notre équipe, apportez vos idées, nous avons besoin de toutes les énergies !!!

Contacts :

Michèle Grosjean - secrétaire : 03 88 69 55 63

Sébastien Lasthaus - président : 03 90 29 01 03

lasthaus.seb@orange.fr



Suivez nous
sur Facebook