

HAUTS-DE-CHAMBÉRY | Dès lundi

Une section fitness ouvre

L'Alerte-Gentianes ouvre une section fitness sur les Hauts-de-Chambéry dès lundi 8 septembre pour tous âges, tous niveaux et mixte : Gymnase des Combes le jeudi de 20 h 30 à 21 h 30 et à Chantemerle le lundi de 20 heures à 21 heures. Cet ensemble d'activités comprenant de la musculation, du stretching, du cardio-training. Il sera assuré par Steven Stadler, jeune et dynamique entraîneur du club.

Des cours de danse rythmique, classique et modern'jazz seront aussi donnés.

Des cours de "zumba"

seront proposés sur Chambéry-Centre :

- au lycée Monge le mercredi de 19 h 30 à 20 h 30
- aux Cœurs de Mérande le jeudi de 18 heures à 19 heures
- au Studio 2 au siège de l'Alerte-Gentianes, 99 rue pasteur le vendredi de 12 h 30 à 13 h 30

Cette nouvelle danse tendance est un excellent exercice cardiovasculaire. Elle sera enseignée par Galatée Di Nitto, le tout nouveau professeur, expérimentée et émérite.

Renseignements :

06 95 15 32 35 ou sur le site www.alerte-gentianes.com