



L'ASCE 44 Univ-Eiffel
vous présente
Sa nouvelle offre sportive !

Stretching - Yoga - Pilates



Activités douces pour :

- renforcer les muscles profonds (abdo, dos, périnée...)
- Améliorer sa posture
- S'assouplir
- Réduire le stress, se relaxer

Stretching : *Lundi de 12h30 à 13h30 avec Rachel*

Yoga : *Mardi de 12h30 à 13h30 avec Amélie*

Pilates : *Jeudi de 13h15 à 14h avec Rachel*

Tarifs des abonnements :

- 1 séance par semaine au choix : 70€/an
- 2 séances par semaine au choix 120€/an
- 3 séances par semaine 150€/an

Réservé aux adhérents de l'ASCE

Questionnaire de santé à remplir

www.asce44univeiffel.fr

Plus d'infos : com-sport@asce44univeiffel.fr