



STAGE DE FITNESS ET SOIREE COUSCOUS



SAMEDI 22 MARS 2014

Monclar de Quercy

(salle annexe de la salle polyvalente)

14H30 STAGE DE FITNESS

proposé par AUDREY

45 mn de zumba

45 mn de cardio

19h00 REPAS

Apéritif

Couscous (fait maison)

Dessert

Café/thé et vin compris



NOM : Prénom :
Tel :

Stage seul : adhérent(e)s : x 10 € =
non-adhérent(e)s : x 12 € =

Couscous seul : adhérent(e)s : x 12 € =
non-adhérent(e)s : x 15 € =
enfants (de 10 à 16 ans) : x 5 € =
enfants de - 10 ans : gratuit

Stage + couscous : adhérent(e)s : x 20 € =
non-adhérent(e)s : x 25 € =

TOTAL

Inscription et paiement à retourner avant le **mardi 18 mars 2014**

Marie-Pierre RIPP - 54 Route de la Sauzière - 82230 Monclar de Quercy (06.83.23.09.93)

Chèque à l'ordre de L'association Monclaraise de Gymnastique