

ACTIVITÉS MUSICALES ET SPORTIVES

Mairie de Saint Thierry

Saison 2023-2024

0326031041

mairie-saint-thierry@orange.fr

une séance
d'initiation
offerte pour les
nouveaux
adhérents et/ou
nouvelle activité

Sophro-Relaxation

Cohérence

cardiaque

Bain sonore

Mercredi

de 20h30 à 21h30

Séance découverte le
13/09

160€ les 32 séances



Pilates

Jeudi

de 18h30 à 19h30

de 19h45 à 20h45

Dimanche

de 10h45 à 11h45

160€ les 32

séances

Vini Yoga

Lundi

de 18h30 à 19h30

de 19h45 à 20h45

160€ les 32

séances



NOUVEAU

Circuit training

Mardi

de 19h30 à

20h30

160€ les 32

séances

Cardio-Hiit

Dimanche

de 09h30 à 10h30

160€ les 32 séances



Vini Yoga Doux

Mardi

de 09h30-10h30

160€ les 32

séances



Gym Douce

Cours

séniors

adaptés

Lundi

de 14h00 à

15h00

160€ les 32

séances



Piano

Mercredi et

Samedi en

cours

individuels

560€ les 32

séances

Guitare

Mercredi et

Samedi en

cours

individuels

560€ les 32

séances



Chorale

Mercredi

de 18h15 à

20h15

200€ les 32

séances

