


**L'Evystone**<sup>gym</sup>

**Viens  
bouger  
avec nous!**

**Début des cours  
la semaine du 30 août 2021**

 /gym-evionnaz  
[www.gym-evionnaz.ch](http://www.gym-evionnaz.ch)

# Programme des cours 2021-2022

**Parents-Enfants**                      Dès 2 ans                      80.-                      Mercredi 9h30-10h30  
Catherine Jordan

---

**Gym enfantine**                      De 4 à 6 ans                      80.-                      Jeudi 16h-17h  
Annick Eggertswyler

---

**Polysports**                      De 6 à 10 ans                      80.-                      Jeudi 17h15-18h15  
Annick Eggertswyler

---

**TRX**                      Dès 16 ans                      180.-                      Mardi 18h-18h45  
Françoise Rosaire                      **Sur inscription**

---

**Fit & Fun**                      Dès 16 ans                      130.-                      Mardi 20h-21h  
Carine Revaz  
Misia Gay

---

**Piloxing SSP**                      Dès 16 ans                      130.-                      Mardi 19h-20h  
Françoise Rosaire

Cours cardio non-stop fusionnant pilates, boxe et danse vous permettant de vous surpasser!

---

**Booty Builder**                      Dès 16 ans                      130.-                      Jeudi 18h30-19h15  
Françoise Rosaire

Cours avec élastiques concentré sur le renforcement des muscles fessiers et le plancher pelvien pour maintenir un bon équilibre des hanches ainsi que du corps dans son ensemble.

---

**Piloxing KnockOut**                      Dès 16 ans                      130.-                      Jeudi 19h30-20h  
Françoise Rosaire

Cours intensif qui se compose de boxe, de pilates et de fitness. Les participants peuvent développer leurs muscles tout en améliorant leur endurance cardio-vasculaire.

---

- Les 2 premiers cours d'essais sont gratuits!
- Dès 2 cours, les suivants à moitié prix
- Plus d'infos sur [www.gym-evionnaz.ch](http://www.gym-evionnaz.ch)

Catherine Jordan 027/767.10.85

Annick Eggertswyler 078/860.33.62

Misia Gay 079/324.25.69

Françoise Rosaire 079/393.92.84

Carine Revaz 079/376.98.78