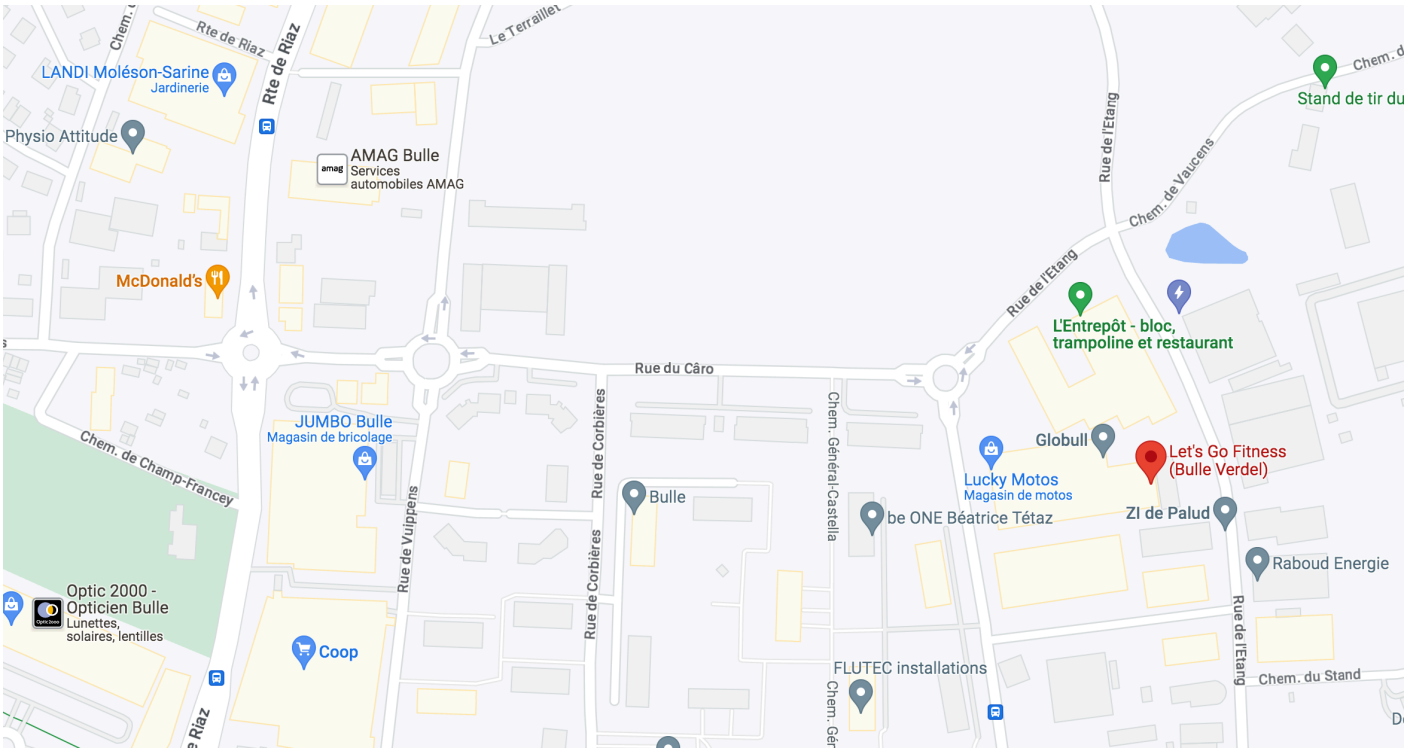
4GY: Spinning / Fitness (OBEJ – GATL)

Matériel : Tenue de sport et chaussures pour l'intérieur
2 linges (1 linge pour le travail aux machines et le spinning)
Gourde
Evt chaussures pour le spinning (spd ou look)

Rendez-vous : Let's Go Fitness Verdel (Route du Verdel 22)
13h30 prêt en tenue de sport dans la salle de cours