



Comité Départemental EPMM
Sports pour Tous
MARNE

**Avis aux animatrices et
animateurs :
Venez accompagnés de 3
personnes et profitez de la
gratuité du stage.**

Organise Un Stage Promo

L.I.A - H.I. LOW



Samedi 26 avril 2008

CDEPMM SPORTS POUR TOUS MARNE 6 allée du Tyrol - 51100 REIMS
Tél : 03.26.07.68.47

Cdepmm51@sportspourtous.org - www.sportspourtousmarne.org

Stage Promo LIA-HI LOW **

Samedi 26 avril 2008 de 14H00 à 17H00
Au CREPS DE REIMS - Salle de Danse

Intervenante Ghislaine PAGLIARELLA

LIA débutant: Il s'agit d'un cours rythmé sur une chorégraphie qui permet un travail cardio-vasculaire et de coordination.

HI LOW: on utilise une combinaison de mouvements non sautés à faible impact et de mouvements sautés à impact important. Cette variation apporte la possibilité de solliciter le système cardio-vasculaire de manière plus intense que le LIA.

Pensez à vous munir de bonnes chaussures de sport (avec amorti) et de prendre une bouteille d'eau

** ce stage annule et remplace le stage d'Aérodanse initialement prévu

Vous souhaitez participer au stage?

Il vous suffit de retourner le coupon-réponse

Ci-contre accompagné de votre règlement.

 
<p><i>CDEPMM Sports Pour Tous de la Marne</i> <i>6 allée du Tyrol</i> <i>51100 REIMS</i></p>



BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner avant le 24 avril 2008

NOM
Prénom
Adresse
.....
Date de naissance :
Tél.
Email.
CLUB

Participation au Stage Promo LIA / HI LOW samedi 26 avril 2008	
Licencié(e) EPMM.....	20€
Non licencié(e) EPMM	22€
Ci-joint règlement par chèque de	
à l'ordre de CDEPMM MARNE	