Dimanche

22 novembre 2015

7 activités

un lieu unique

à Thérapole
8 rue Inkermann NIORT

10h00 / 17h00

Les Ragalizelles

équipage du Rallye Aïcha des Gazelles du Maroc

vous sportivent !!!

Se défendre

Kata-Rythm
Karaté Défense Training
Initiation Self-Défense

avec Eve Boureau, créatrice du kata-rythm, pratiquante et enseignante depuis 30

Se défouler

en partenariat avec

Les Océades
wellness club

Salsa
Urban Move
Aquagym

Une équipe d'experts : Laëtitia, Martin, Jérémie

Se détendre

thérapole
CENTRE ATLANTIQUE

Massages
détente

Soins dispensés par des professionnels

P'tites douceurs gourmandes offertes par

les p'tits amoureux
"Tous les ingrédients de l'amour"
la fromagerie la galipette

Renseignements
06 72 86 39 92 / ragalizelles@yahoo.fr

Inscriptions sur place

Cours collectifs - 45mn - 10€

Arriver 10mn avant le début pour l'inscription

10h00 : Aquagym
10h30 : Kata-Rythm*
(déplacements et mouvements de karaté chorégraphiés en musique)
11h00 : Aquagym
11h30 : Kata-Rythm*
14h00 : Salsa*
15h00 : Urban Move*
16h00 : Karaté Défense Training*
+ initiation Self Défense*
(apprentissage de techniques de défense efficaces, ludiques et dynamiques inspirées du karaté et de la self))

**Prévoir une tenue confortable*

Soins individuels - 20mn - 20€

10h00 / 17h00 : toutes les 30mn

Ragalizelles

soutient

VAINCRE LES MALADIES LYSOSOMALES
RARE MAIS PAS SEUL !

ROSE MAGAZINE

En partenariat avec

thérapôle CENTRE ATLANTIQUE
MOBILIS & Care & Carry
RAYNAUD IMPRIMEURS
Cohérences des Projets et des Hommes
Le Resto
21 rue Baugier • NIORT • Tél. 05 49 09 59 30
CRECENDO EXPO
Recours Assistance
Notre devoir : le respect de vos droits !
ami
YOKSEO
Frère SAS
menuiserie - charpente - agencement
Bernard Lavaux peintures et revêtements
Ami-chemin créateurs d'autre chose
Groupe Debieu
Automobile-Club deux-sèvres
ERCO
A LA MAISON Café Restaurant
A.i.R. Atlantique Ingénierie Réseaux
Espace... by azzara
AZZARA
izeas Formation Accélérateur de potentiels

Véhicule préparé par

GARAGE A.R.D.
Votre spécialiste multi-marques
ENTRETIEN - RÉPARATIONS - DIAGNOSTIQUE
PNEUS - VL - TOURISME - UTILITAIRES
GARANTIE CONSTRUCTEUR PRÉSERVÉE
VENTE VÉHICULES NEUFS ET OCCASIONS

Carrosserie CHEVOLEAU SARL

NISSAN
arliance
NISSAN NIORT
05 49 08 28 88

Avec le soutien de

carréco NIORT

RTL2 87.6
Domaine de la Gravette
les p'tits amoureux
SOROPTIMIST INTERNATIONAL
Les Océades Vivre en forme est essentiel

Conception graphique RAGALIZELLES - RAYNAUD Imprimeurs - Ne pas jeter sur la voie publique