



## Atelier Gymnastique d'entretien

- Le mardi de 18h à 20h  
Salle C – Espace du Puy du Roy  
5 bis, rue Charles Faroux à Compiègne
- Le jeudi de 14h à 16h  
Salle de danse du gymnase Les Jardins  
Ru du Général Weugand à Compiègne



### Liste du matériel :

- 1 tee-shirt en coton
- 1 pantalon de jogging
- 1 pull chaud
- 1 soutien-gorge de sport
- 1 paire de baskets
- 1 paire de chaussettes
- 1 serviette
- 1 tapis de sol
- 1 bouteille d'eau
- 1 collation (fruits secs: banane, dattes...)