

# Movement Ministry

Movement Ministry recommence le **23 septembre 2024!**

## **Pilates & Strength & Stretch Classes**

Notre but est d'avoir un moment de fun et de détente en mouvement, pour se sentir bien et béni dans son corps.

- ▶ **Movement Mardis 18h-19h avec Regula**
- ▶ **Strength & Stretch Lundis 10h-11h avec Linnann**
  - ▶ Merci de passer le mot et à amener des amis!
  - ▶ Apportez un tapis et portez des vêtements confortables

**À l'église La Fraternelle: 6, rue Juste Olivier Nyon**

**linnann66@gmail.com**

**078 645 2200**

