

metz Gym

Metz Gym est le premier club de gymnastique de France par son nombre d'adhérents.

Nous dispensons la gymnastique dans ses principales disciplines que sont :

- la gymnastique artistique (ou gymnastique par agrès)
- la gymnastique rythmique
- la gymnastique acrobatique (trampoline et tumbling)

mais également sous des formes variées pour le plus grand nombre :

- la gymnastique d'entretien pour adultes (aérobic, renforcement musculaire, step, stretching,...)
- la baby gym et l'éveil gym pour les 2 à 5 ans
- la musculation

Les créneaux horaires s'étalent du matin au soir, 6 jours sur 7.

L'équipe d'entraîneurs diplômés est dirigée par d'anciens champions nationaux et internationaux de gymnastique qui ont concocté de nombreux programmes pour tous les goûts et toutes les ambitions.

A metz Gym, maintien en forme rime avec plaisir !



metz Gym