

**Michel IDE**

**Arrivée au Valgym** en 1980

**Diplômes** : retraité de la fonction de CTR à la fédération de Gymnastique Volontaire la FFEPVG

**Cours animés:** 3h par semaine   
- Gymnastique douce le lundi soir de 17h15 à 18h15  
- Marche le jeudi après-midi de 13h45 à 16h15, rendez-vous au parking Décathlon d'Aulnoy lez Valenciennes.