

(<https://ville-cachan.fr/annuaire-des-associations/rythme-expression-danse-red/>)

## **Fitness - Bien-être**

Président(e) : PRACHE Christelle

Adresse : 9, rue Amédée-Picard, 94230 Cachan

Téléphone : +33 6 47 79 67 09

Courriel : [red.cachan@hotmail.fr](mailto:red.cachan@hotmail.fr)

Site internet : <https://www.redcachan.fr/>

Cachanaise depuis 1978, l'association propose des cours bien-être et artistique tous âges et tous niveaux.

- Yoga : enfants à partir de 8 ans, ados, adultes
- Yogalates
- Gym douce séniors
- Stretching
- Renforcement musculaire
- Éveil (petite section)
- Baby danse (moyenne section)
- Initiation danse
- Danse modern jazz : enfants, ados, adultes