



BONNEFAMILLE

Forme et Fitness

2022-2023



Tous les mardis soirs dès le **13 Septembre 2022** à la salle d'animation de Bonnefamille

19H30 – 21h00 salle des Fêtes

Les mardis : 1 heure 30 min de cours

- STEP 45min (pas de base rebus en début d'année) à 19h30
- Renforcement musculaire 45min à 20h15

Convivialité et bonne humeur garanties !!

80 € / an pour un cours – **140€ / an** pour 2 cours - **1 cours d'essai gratuit**

Plus d'informations : 06.03.87.31.08 Céline Poitevin /
06.24.14.27.87 Carole Redouin / 06.01.23.23.83 Carole Desvignes



BONNEFAMILLE

Forme et Fitness

2022-2023



Tous les mardis soirs dès le **13 Septembre 2022** à la salle d'animation de Bonnefamille

19H30 – 21h00 salle des Fêtes

Les mardis : 1 heure 30 min de cours

- STEP 45min (pas de base rebus en début d'année) à 19h30
- Renforcement musculaire 45min à 20h15

Convivialité et bonne humeur garanties !!

80 € / an pour un cours – **140€ / an** pour 2 cours - **1 cours d'essai gratuit**

Plus d'informations : 06.03.87.31.08 Céline Poitevin /
06.24.14.27.87 Carole Redouin / 06.01.23.23.83 Carole Desvignes