



# 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 revus 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 revus 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