



# BONNEFAMILLE

## Forme et Fitness

2023-2024



Tous les mardis soirs dès le **12 Septembre 2023** 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 : **06.33.26.73.89** Valérie Chavrier /  
**06.24.14.27.87** Carole Redouin / **06.01.23.23.83** Carole Desvignes