

Propose des

Cours de fitness

à partir de la rentrée 2020

Salle communale au
centre du village de
Courcelles

50€				
Carte adhésion 2020-2021				
10 séances*				
(vendue sur place)				
* 1 séance = 1h ou 2h le même jour par la même personne				



Où?

Quand?

Comment faire?

Quoi?*

Par qui?

Reprise le jeudi 3
Septembre
Jeudi 18h30-20h30

Cours de 55' env
Jeudi 18h30 : cardio training
Jeudi 19h30 : renforcement
musculaire

Plus de renseignements auprès de locoach@orange.fr

*nombre de personnes et conditions sous réserve de modifications liées aux restrictions sanitaires en vigueur.

*un cours pouvant être changé ou supprimé en cours d'année s'il ne fonctionnait pas