

Propose des

# Cours de fitness

à partir de la rentrée 2020

Salle communale au  
centre du village de  
Courcelles

50€				
<b>Carte adhésion 2020-2021</b>				
<b>10 séances*</b>				
(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](mailto: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