

**SOYEZ PLUS FORT
QUE VOS EXCUSES !**

**REJOIGNEZ
NOUS**

!!!

**MERCREDI
18H00 - 19H00
19H15 - 20H15**

**SEANCE 1
PRÉPARATION
COURSE A PIED**

Fractionné
Renforcement

**SEANCE 2
RENFORCEMENT
CARDIO**

Entretien ou
remise en forme

**TOUT
NIVEAU
DEBUTANT
CONFIRME**

**ABONNEMENTS
240 €*
(2 CRENEAUX
PAR SEMAINE)**

**185 €*
(1 CRENEAU)**

**PAIEMENT
POSSIBLE EN
PLUSIEURS
FOIS**

**MARIE BALLANGER
COACH SPORTIF
depuis 10 ans**

- Diplômée de STAPS
- Brevet d'Etat des Métiers de la Forme
- Diplôme universitaire sport santé & activité adaptée
- Formation pilates & coaching
- Ambassadrice Salomon
- Sportive accomplie

**ILE LACROIX
CENTRE
GUY
BOISSIERE**

**CONTACT
02.35.15.49.60**

**CONTACT@
CHAR76.FR**



**SOYEZ PLUS FORT
QUE VOS EXCUSES !**

**REJOIGNEZ
NOUS
!!!**



FICHE D'INSCRIPTION

**DEBUT DES
SEANCES :**

26 SEPTEMBRE

**(A PARTIR DE
10 INSCRITS)**

NOM : _____

PRENOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____

VILLE : _____

TELEPHONE : _____

MAIL : _____

**J'AUTORISE LE RESPONSABLE, EN CAS DE NECESSITE, A FAIRE DONNER
TOUS LES SOINS MEDICAUX ET / OU CHIRURGICAUX NECESSAIRES**

J'ATTESTE NE PAS AVOIR DE CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE DU SPORT

SIGNATURE :