

Ouvert à tous
Quel que soit le niveau de
pratique
à partir de 18 ans

Activité Physique Collective
Animée par les
Préparateurs Physiques de JSF

Renforcement Musculaire

Abdos-gainage

Souplesse

Vivacité-coordination

Développement cardio-pulmonaire

A Partir
de 3,89€*
La séance

Lundi
et/ou
Mercredi

Reprise des activités fitness le 3 septembre
Tous les lundis et mercredis de 18h à 19h**
Stade Edouard Guillon de Molinges

***horaire de début de séance*

Renseignements au **06 24 34 33 84**

Bulletin d'inscription à télécharger sur **www.jurasudfoot.com**