



Fit'force

MUSCULATION

animateurs

B. d'état : PONZO J.Philippe
& son équipe de bénévoles

public

à partir de 15 ans

lieu d'activité

Gymnase des Bressons - rue Boisgelin

Lundi à Vendredi 8h30-12h00 & 18h00-20h00

Mercredi 8h30-11h30 & 14h00-20h00

(des ouvertures ponctuelles hors horaires ci-dessus
sont effectuées selon disponibilités des animateurs)

Fermetures: 2 semaines dans l'année + 3 premières d'août

cotisations

+ adhésion: -18 ans 12€ / +18 ans 15€

- de 18 ans : 120 € / An

+ de 18 ans : 140 € / An

+ 35 € Licence si compétition

certificat médical obligatoire

votre section: 04.90.56.91.89

Venez pratiquer la remise en forme dans une salle de musculation conviviale. Un programme adapté à votre recherche musculaire vous sera proposé :

- Pour la remise en forme.
- Pour soutenir votre activité sportive spécifique.
- Pour devenir compétiteur en Force Athlétique.
- Vous préparer aux épreuves de concours.

**Seuls les responsables nommés par la MJC
sont habilités à vous conseiller
et vous suivre en activité.**

**Une tenue de sport et une serviette vous seront
exigées pour votre entraînement.**