



A.S.V.F *FITNESS*

Rejoignez-nous pour pour une nouvelle
saison 2024-2025 toujours en fitness !

***COURS DU LUNDI AU JEUDI - 4 COACHS
- 9 COURS DIFFÉRENTS
GYMNASE BERNARD JEU - VILLEFONTAINE***



A.S.V.F FITNESS



Lundi

19h30 - 20h15 CARDIO BOXE
20h15 - 21h00 BODY SCULPT

mardi

18h30 - 19h15 STEP
19h15 - 20h00 STRETCHING



mercredi

18h45 - 19h15 CARDIO FIT
19h20 - 20h00 RENFO
20h05 - 20h40 PILATES



jeudi

18h30 - 19h15 DEEP WORK
19h15 - 20h00 BODY ART



Vous pouvez vous inscrire :

Par mail : demandez votre dossier à fitnessasvf@gmail.com

Au forum des associations le samedi 7 septembre 2024

Ou avant les heures des cours jusqu'au 30/09/2024 (*se présenter 20 mn avant*)

Pour toute inscription prévoir: le règlement par chèque, 1 photo d'identité, 1 env. timbrée à votre adresse

ADHESION ANNUELLE INCHANGEE : 119€

(19€ carte ASVF - 100€ adhésion fitness)

Page Facebook : Asvf fitness - Mail : fitnessasvf@gmail.com

Début des cours : lundi 09 septembre 2024

A.S.V.F
Fitness