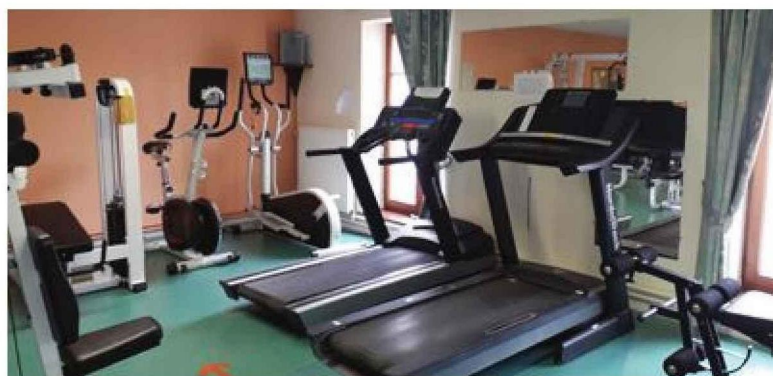


La rentrée à l'Espace Forme

La rentrée de la saison 2022-2023 de l'Association Espace forme arrive à grands pas. La reprise des activités sportive est annoncée dès le 1er septembre.



Accès à la salle de sport du lundi au samedi dès le 1er septembre 9h à la salle de remise en forme à l'étage à côté de la mairie pour des séances d'activités physiques d'entretien, dans la salle de musculation, renforcement musculaire à l'étage avec machines, tapis de course, vélos et vélos elliptiques...

Cours collectifs : les lundis à 18h et les mercredis à 19h : gym d'entretien (abdos fessiers, fitness) en musique. Reprise le lundi 3 octobre à 18h avec notre Educateur Sportif diplômé Férhat CHALAL à partir du 3 octobre.

Ces 2 activités sportives sont accessibles à tous âges et à tous niveaux, initiés ou pas. Une séance « découverte » offerte avant un éventuel engagement.

Pour une inscription

Licence obligatoire à la Fédération Française Sports pour Tous (montant communiqué lors de la demande de licence)
Tarifs salle et cours collectifs : cotisation saison 2022/2023 : 220€ (possibilité de faire 3 chèques) ; ou cotisation trimestrielle: 80€ - 75€ - 75€.

Cotisation saison pour moins de 25ans : 157€ (possibilité de faire 3 chèques)

Tout renseignement complémentaire peut-être communiqué soit par mail, ou aux 2 numéros de téléphone.

Contacts : espaceforme.docelles@gmail.com ou Mme Claude ANTOINE la présidente au 06.27.31.16.15 ou Michèle CRO-CHEMORE la secrétaire au 06.85.75.78.68.

J.L.G.

