



SAINT-MARTIN LACAUSSADE

Salle Jacques NARBONNE

APRÈS-MIDI FITNESS

SAMEDI 17 JANVIER 2026

de 14h à 17h

organisé par la section GYM de l'ASSM

entrée 5€ animé par Magaly NOIRCLERC
pour les personnes extérieures
2€ pour les étudiants

pensez à prendre votre tapis et une bouteille d'eau

PROGRAMME :

- 40mn de Cardio Boxe
- 40 mn d'Abdo Pilates / Stretching
- 40 mn d'Happy Dance Fit 80/90's

GRATUIT
pour les
adhérents de
l'ASSM

Renseignements et Réservation au
06 14 34 08 61 ou 06 79 64 07 54

Nous partagerons la galette
des rois en fin de séance

