



**FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS**

Venant en complément des cours mis en place dans la salle des sports de Bertangles,

L'Avenir de Bertangles associée à la Fédération Française SPORTS POUR TOUS vous permet une remise en forme par la gym chaque lundi de 20h15 à 21h15.

Une séance passe par différentes étapes : échauffement, mobilité articulaire, renforcement musculaire, assouplissements, étirements. Un cocktail pour se sentir bien dans son corps !

Le tout dans la salle des fêtes munie d'une glace et bénéficiant de tout le confort.

Coût de la licence et cotisation annuelle: 103 euros avec la possibilité de régler en 3 chèques.

Contact : Françoise – Tél : 06 23 28 61 04