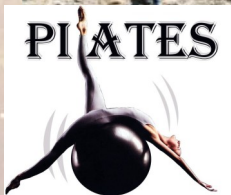


PORTES OUVERTES

ATHLE SANTE LOISIR !!



SEANCE GRATUITE

Mercredi 04/09/2024

19h-21h

**RDV STADE
FORESTIER
AIX-LES-BAINS**

PROGRAMME PREVISIONNEL soirée :

- 19h-19h15 : échauffement en commun en COMMUN
- 19h10-20h : Marche nordique
- 19h10-20h : Running (Trail et run, 2 groupes)
- 20h-20h30 : Pilates
- 20h-20h30 : cross training
- 20h30-21h00 : Multisports
- 21h : Apéro dînatoire !!

- Prestations :**
- 1) Nombreuses séances réparties dans la semaine
 - 2) Marche nordique, running, multisports, crosstraining, pilates ...
 - 3) Des coaches diplômés
 - 4) Des petits groupes

Inscription et renseignement auprès d'Amélie de l'association SAM'PHI : 06 08 30 13 41, recreasports@gmail.com

COACH
Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

AÉSIO
MUTUELLE

AIX LES BAINS
RIVIERA
DES ALPES

asa
Athlétique Sport
Aix-les-Bains
Belley / Culoz
Hte Tarentaise
Sam'Phi



Sam'Phi
Récréasports

PORTES OUVERTES

ATHLE SANTE LOISIR !!

SEANCE GRATUITE

Mercredi 06/09/2023

18H45-20H45

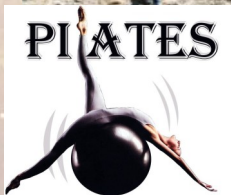
RDV STADE

FORESTIER

AIX-LES-BAINS

PROGRAMME PREVISIONNEL soirée :

- 18h45-19h : échauffement en commun
- 19h-19h40 : Marche nordique
- 19h-19h40 : Running
- 19h40-20h00 : Pilates
- 20h-20h20 : cross training
- 20h20-20h40 : Multisports
- 20h45 : Apéro !!



- Prestations :**
- 1) Nombreuses séances réparties dans la semaine
 - 2) Marche nordique, running, multisports, crosstraining, pilates ...
 - 3) Des coaches diplômés
 - 4) Des petits groupes

Inscription et renseignement auprès d'Amélie de l'association SAM'PHI : 06 08 30 13 41, recreasports@gmail.com

COACH
Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

AÉSIO
MUTUELLE

AIX LES BAINS
RIVIERA
DES ALPES

asa
Athlétique Sport
Aix-les-Bains
Belley / Culoz
Hte Tarentaise
Sam'Phi



Sam'Phi
Récréasports