

Activités sportives pour les plus de 18 ans



Si faire du sport rythme avec santé , bien être et résolution de la rentrée, alors n'hésitez pas à participer à un cours de fitness proposé par le service des sports (de 18 ans) **tous les mercredis de 19h30 à 21 heures au Gymnase Auguste Delaune**

Cours adaptés à tous les niveaux!!!

Un programme riche et varié tels que:

- **Body tonic/ Cross training/ Abdos- Fessiers/ Pilates/ Body boxe/ Aéro dance/reforcement musculaire /cours en extérieur...**

Cours d'essai gratuit, mercredi 18 septembre 2019 (1er cours de la saison)

Tarifs

Participation financière à l'année ou au semestre selon le quotient familial

Infos pratiques

Mercredi de 19h30 à 21 heures (sauf vacances scolaires)

Gymnase Auguste Delaune

Esplanade Gérard Philippe

Magny-les-Hameaux

Renseignements: service.sport@magny-les-hameaux.fr // 01 39 44 71 52

Document(s)

Document

[règlement intérieur et fiche inscription fitness adulte_3.pdf](#)