

TRICOLERE SPORTIVE DE MASSY

Siège social et adresse de correspondance:
Espace Atlantis Sport
24 rue Victor Basch - 91300 Massy

Tél : 06 52 95 22 45

mail : tsmassy@gmail.com

Site : www.tsmassy.fr

FB : <http://www.facebook.com/tricoloresportivemassy>



BABY-GYM - ÉVEIL GYMNIQUE - GYMNASTIQUE AUX AGRÈS
FITNESS - ZUMBA - LIA - **GYMNASTIQUE SENIORS**
STEP - GYMNASTIQUE AÉROBIC - TUMBLING

Animée par des entraîneurs **spécialisés**, les séances de gymnastique seniors allient activité acrobatique ou d'expression. Ce sont des moments privilégiés pour atteindre le bien-être physique, entretenir et améliorer son capital santé dans une ambiance de détente et de convivialité. A partir de 50 ans, la Gymnastique se veut festive et plus douce, répondant ainsi à l'écoute des corps.



ENTRAINEMENTS/ COTISATION

| Jours | Horaires | Code | Entraîneur | Cotisation Massicois | Cotisation NON Massicois |
|-------|-------------|--------|------------|----------------------|--------------------------|
| Mardi | 12h00-13h00 | SEN201 | Guillaume | 175 € | 195 € |
| Jeudi | 11h30-12h30 | | Sébastien | | |

NB : Les jours et horaires des séances peuvent être amenés à changer en fonction du nombre d'inscrits ou de la disponibilité des entraîneurs

La cotisation comprend :

- l'adhésion à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie
- la licence sportive auprès de la Fédération Fr. de Gymnastique, assurance comprise

