

# 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](mailto:tsmassy@gmail.com)

Site : [www.tsmassy.fr](http://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

| <i>Jours</i> | <i>Horaires</i>    | <i>Code</i>   | <i>Entraîneur</i> | <i>Cotisation Massicois</i> | <i>Cotisation NON Massicois</i> |
|--------------|--------------------|---------------|-------------------|-----------------------------|---------------------------------|
| <b>Mardi</b> | <b>12h00-13h00</b> | <b>SEN201</b> | <b>Guillaume</b>  | <b>175 €</b>                | <b>195 €</b>                    |
| <b>Jeudi</b> | <b>11h30-12h30</b> |               |                   |                             |                                 |

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

