

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>

INSTA : <https://www.instagram.com/tsm.gym/>



BABY-GYM – EVEIL GYMNIQUE – GYMNASTIQUE AUX AGRES
GYMNASTIQUE AEROBIC – TEAM-GYM – TUMBLING
FITNESS – GYM SENIORS – **COURS ADULTES**

La TSM propose aux adultes des cours de gymnastiques aux agrès dans un esprit très bon enfant.

Vous qui avez arrêté la gym depuis quelques années. Venez pratiquer votre sport préféré dans un complexe tout équipé (salle spécialisée).

Les séances commencent par un échauffement commun et un renforcement musculaire puis vous êtes libres de pratiquer vos agrès de prédilection. Elles se terminent par les 15 minutes de souplesses et, de temps en temps, par un petit moment de convivialité.

ENTRAINEMENTS

<i>Années de Naissance</i>	<i>Catégories</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Code</i>
A partir de 2006	Evolution Adulte (semi-autonomie)	Lundi & Mercredi & Vendredi	21h00 – 22h30	STA301

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

COTISATION

	<i>Evolution</i>
Massicois	295 €
Non - Massicois	315 €

La cotisation comprend :

- l'adhésion à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie
- la licence sportive qui inclut l'assurance (environ 45€).