

## TRICOLORE 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 : [www.facebook.com/tricoloresportivemassy](https://www.facebook.com/tricoloresportivemassy)

Insta : [www.instagram.com/tsmassy](https://www.instagram.com/tsmassy)

## FITNESS

- **Animées par des entraîneurs spécialisés**, les séances de fitness sont variées pour vous offrir une pratique sportive complète, adaptée aux besoins de chacun.
- **Différentes disciplines proposées** (Cardio gym, Renforcement musculaire / cuisses-abdos-fessiers, Stretching, Pilates, ...). Le programme détaillé définitif est élaboré en septembre en fonction des entraîneurs et des adhérents.

## FORMULES

FORMULE	JOURS	HORAIRES	
ILLIMITÉE	Mardi	Circuit training	20h00 – 21h30
	Jeudi	Circuit training	19h30 – 20h30
		Stretching	20h30 – 21h30
	Samedi	Pilates	11h00 – 12h00
Circuit training		12h00 – 13h00	
FITNESS + BABYGYM			

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

## COTISATIONS

	ILLIMITÉE	FITNESS + BABYGYM
MASSICOIS	265 €	385 €
NON-MASSICOIS	285 €	405 €

La cotisation comprend :

- L'**adhésion** à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie,
- La **licence** sportive à la Fédération Française de Gymnastique, qui inclut l'assurance (environ 60 €).

La **formule FITNESS + BABYGYM** comprend l'adhésion de deux membres :

- **1 parent** pour la formule Fitness illimitée,
- **1 enfant** pour un des cours de BABYGYM ou ÉVEIL GYMNIQUE, le samedi ou le dimanche.