

Tonic Gym

Organise une journée FITNESS : un grand rassemblement sportif.

Aucune compétition, juste du plaisir : venez découvrir et participer à des cours collectifs adaptés pour tous les adultes.

Au programme: DANSE, STEP, GYM et BIEN ETRE. **Vous pouvez participer à un ou plusieurs cours : Faites votre choix ou bien venez tous les essayer**

Coût de la journée

☞ Pour les adhérent(e)s TONIC GYM, coût de la journée: **GRATUIT**

☞ Pour les non adhérent(e)s TONIC GYM, coût de la journée: **10 €**

Lieu

Gymnase ANQUETIL
Collège de Servenoble
38090 VILLEFONTAINE

Renseignements

☎ 06.85.88.61.51
www.tonicgym.com

TONIC GYM

TONIC GYM



JOURNEE FITNESS

Samedi
20 janvier
2024

Programme du 20 JANVIER

9H15 Accueil

Au Gymnase Anquetil à Servenoble

9H30 – REVEIL MUSCULAIRE

avec Nadia

10H – ELGO POWER

avec Alicia

11H – STEP ONE STEP

avec Carole et Virginie

1ère TOMBOLA

12H15 : Pause Déjeuner

Possibilité de déjeuner sur place

Repas sortis du sac

13H30- RENFO MUSCULAIRE

Toutes animatrices

14H30 – ZUMBA

avec Genny et Jennifer

2eme TOMBOLA

16H00 – ELGO DANSE

avec Alicia

17H00– PILATES-YOGA

avec Jennifer et Virginie

ENEZ NOMBREUX !

☛ **UNE JOURNEE POUR :**

***LE SPORT**

***LE BIEN ETRE**

***LA CONVIVIALITE**

☛ **TOMBOLA**

Nombreux lots à gagner tout au long de la journée

☛ **DES STANDS présents**

**tout au long de la journée :
bijoux, produits, massages...**

RESERVATION

NOM :

Prénom :

☎ :

Adresse :

.....

.....

Je suis adhérent(e) TONIC GYM,

Je ne suis pas adhérent(e) TONIC GYM, coût de la journée 10 €

Nombre de personnes inscrites :

Ci-joint : * un chèque de € libellé à l'ordre de TONIC GYM.

* € en espèces

Je déclare avoir en ma possession un certificat médical sans contre indication à la pratique sportive et être assuré(e) en responsabilité civile.

La réservation devient effective à partir de la réception de mon bulletin d'inscription accompagné du versement correspondant.

Tonic Gym se réserve le droit, si nécessité, de modifier le programme des cours et des intervenants, sans que ceci n'occasionne un quelconque remboursement.

Fait à le

Signature :

A retourner aux animatrices avec le règlement ou à :

Virginie BLANCHARD
2175 RD 1085--38300 ECLOSE BADINIÈRES
OU

Possibilité de s'inscrire le jour même selon places disponibles