

L
U
N
D
I

Jeux opposition
4/7 ⌚ 17H45-18H30

Bokwa
⌚ 18H30-19H15

Step
⌚ 19H15-20H

Savate forme
⌚ 20H-20H45

M
A
R
D
I

CrossTraining
⌚ 18H30-19H15

Pilates
⌚ 19H15-20H15

M
E
R
C
R
E
D
I

Fitness
8+ ⌚ 17H45-18H30

Step Sculpt
⌚ 18H30-19H15

Zumba 2
⌚ 19H15-20H

Pilates
⌚ 20H-21H

Marche active
⌚ 19H30-20H15

J
E
U
D
I

Jeux opposition
8+ ⌚ 17H45-18H30

CAF
⌚ 18H30-19H

Bokwa Step
⌚ 19H-19H45

Savate forme
⌚ 19H45-20H30

Accès Studio 33, rue Dantagnan
à Saint andré de Cubzac

VENDREDI
Cardiofit
⌚ 19H-19H45

FitBoxe
⌚ 19H45-20H30

SAMEDI
FitBoxe
14H-14H45

CardioFit
14H45-15H30

WEEK END HAPPY

DIMANCHE
FitBoxe
10H-10H45

CardioFit
10H45-11H30

4 DOMAINES D'ACTIVITÉS

- FUN
- FIT
- HAPPY
- ZEN

A l'année :
1 cours hebdo 150e
1 cours extra domaine 50e
Famille -10% sur les suivants
Licence en sus de 25 à 31e
Règlement en 3, 4 ou 5 fois

TARIFS

- Vincentais**
- 1 domaine 230e
- 2 domaines 295e
- 3 domaines 345e
- accès libre 395e
- JEUNES**
Nés à partir de 2002
accès libre 150 e
- JEUNES**
Nés à partir de 2002
accès libre 190 e

CAF : renforcement musculaire Cuisses Abdos Fessiers
Zumba : activité dansée et cardio sur rythmes latins
Step : activité fitness dansée et chorégraphiée sur step
Aérolatino : activité fitness dansée chorégraphiée sur rythmes latinos
CardioFit : alternance d'activités fitness et Cardio
FitBoxe : alternance de Boxe, Savate Forme, Cardio sur sac, CrossTraining
Savate Forme : activité fitness chorégraphiée pieds poings sans contact



Pour 50e par an, passez d'une
salle à l'autre ! Renseignez-vous !

Toutes les infos : www.teamff33.fr
 Nous contacter : contact@teamff33.fr tel : 0609070270
 Nos animateurs sportifs diplômés encadrés par Florence Leccese

- Melisa
- Tonia
- Gianna
- Marie
- Nathalie
- Sophie
- Thierry



Ω ⌚ ξ ⌚ β ⌚ Ψ ⌚

