

RENFORCEMENT MUSCULAIRE Année 2024 - 2025



Les cours de Coaching **Renforcement Musculaire** proposés cette année sont :

- **Lundi/Mardi/Mercredi de 12h15 à 13h : sur site THALES Valence**
- **Jeudi de 12h15 à 13h : salle l'ABATTOIR**
- **Lundi ou Jeudi soir de 18h15 à 19h : sur site THALES Valence**

Pour le cours du soir, ne sera retenu que le créneau où il y aura le plus d'inscrits. Le cours du Mercredi sera un cours plus accessible, avec moins de cardio et plus faible intensité. Comme d'habitude, les coachs adaptent leurs cours afin qu'ils soient accessibles aux débutants, mais aussi à celles et ceux qui le souhaitent.

Possibilité de faire un cours d'essai gratuit avant toute inscription.

ADHESION THALES (pour la période de Septembre 2024 à Juin 2025)

1 cours/semaine 95€

2 cours/semaine 140€ ()**

(**) *L'inscription à 2 cours/semaine ne sera acceptée qu'en fonction des places disponibles*
Pour les inscriptions ou tout renseignement, merci de vous adresser à :
Bernadette COUTEIRO, Gaelle CHEVROT ou Laurianne GORCE