

Rejoignez le
Club Arédien de Lutte
1 séance d'essai gratuite

POUR TOUTE 1^{ÈRE}
80€
PRISE DE LICENCE



SÉANCES DE 30 À 45 MINUTES
RYTHMÉES PAR LA MUSIQUE



SÉANCES EN GROUPE AVEC CORDE
À SAUTER, KETTLEBELLS, SLAMBALLS



INTENSITÉ PROGRESSIVE EN FONCTION
DES CAPACITÉS DE CHACUN



ADOS, ADULTES, SÉNORS

SÉANCE RYTHMÉE EN MUSIQUE WRESTLING TRAINING

nouveau programme **muscultation/fitness**

Salle de Lutte complexe sportif Villa Sport

COURS : LUNDI 19H15/20H - VENDREDI 20H15/20H45

FFLUTTE


WRESTLING
TRAINING

PLANET FITNESS

Inscrivez-vous sur le site : www.clubarediendelutte.com / Contactez Mégane au 07 62 68 81 63

Des cours pendant la journée seront prochainement mis en place.



BIEN-ÊTRE



PERTE DE
POIDS



AMÉLIORATION
DE LA SANTÉ



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE