

TRICOLERE 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

Site : www.tsmassy.fr

FB : www.facebook.com/tricoloresportivemassy

Insta : 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 |
| | Vendredi | 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 | 225 € | 375 € |
| NON-MASSICOIS | 245 € | 395 € |

La cotisation comprend :

- L'**adhésion** à la Tricolore Sportive de Massy pour la discipline choisie,
- La **licence** sportive 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.