



Club Nautique Tournesol Chasseneuil

CIRCUIT TRAINING



Le Mercredi de 11h à 11h45

Dans une ambiance conviviale vous allez ainsi tonifier vos fessiers, sculpter vos jambes, développer votre endurance et brûler des calories tout en vous faisant masser par l'eau.

Le circuit-training allie les bienfaits de la course, du vélo, du step, de la boxe ainsi que des haltères. Idéal pour se défouler cette activité convient à tous les publics.



Type d'adhésion :

- **Adhésion avec natation** : 1 séance : **8 €**
12 séances : **90 €**
- **Adhésion sans natation** : 1 séance : **9 €**
12 séances : **100 €**

Mode de règlement :

- Espèces,
- Chèque libellé au nom du CNTC,
- Coupon sport ou chèques vacances ANCV jusqu'au 28 Février 2019

RENSEIGNEMENTS:

- Mail : cntc16@gmail.com
- Tel : **PENISSON Josiane, 06 73 90 42 91**
- Site : <https://cntchasseneuil.sportsregions.fr/>

INSCRIPTION : aquabyke.cntc16@gmail.com

ANNULATION : prévenir au minimum 24heures avant.