

**Vous souhaitez améliorer votre cardio  
ou simplement vous dépenser ?  
Le tout dans une ambiance conviviale ?  
J'ai la solution pour vous !**

Venez participer à des cours de renforcement musculaire, suivi d'un temps d'étirements des muscles afin de vous sentir en meilleur forme physique.

Je vous propose des **cours collectifs d'une heure**, durant 30 semaines, entre 10 et 15 personnes, **pour un total de 195€, soit 6€50 le cours**. Les cours auront lieu à la salle Marius Déal de Duerne et je vous laisse la possibilité de choisir entre deux créneaux :

**Le lundi soir, de 19h30 à 20h30**

**Le jeudi soir, de 18h30 à 19h30 et/ou de 19h30 à 20h30**

En fonction des inscriptions, le ou les créneaux retenus vous seront précisés. Si vous êtes intéressé.e, merci de me contacter **par téléphone au 06-18-65-93-06 ou via mon adresse mail : cellieralexis.lpps@gmail.com**

**Afin de vous faire votre propre expérience, venez profiter d'un cours d'essai gratuit** sur inscription.

Je vous confirmerai la date de début des cours, qui devrait avoir lieu courant septembre !

N'hésitez pas à en parler autour de vous ! ☺

*Sportivement,*

**ALEXIS CELLIER**

*Le Plaisir de la Pratique Sportive*