

# SPORT SANTE

Préservez votre capital santé grâce à nos activités physiques douces et de bien-être

Activités proposées :

- Gym d'entretien
- Stretching
- Pilates
- Marche nordique
- Renforcement musculaire

Une séance d'essai par activité offerte pour vous aider à trouver celle qui vous convient le mieux !

Nos activités sport-santé s'adresse à toute personne désireuse de reprendre ou poursuivre une activité physique régulière. Nos exercices sont adaptés et aucun niveau n'est requis pour y

participer

# TARIFS

Adhésion 15€ + Formule choisie \*

Formule 'l'EXPLORER' : 45€ pour 10 séances au choix

Formule 'ENCORE' : 130€ à l'année pour 2 activités

Formule 'l'ADHORE' : 180€ à l'année pour toutes les activités

# INSCRIPTIONS

Inscrivez-vous en ligne en scannant le QR code ci-dessous !



Inscription également possible via un dossier d'inscription à demander par mail : [mapascotedopale@mapas.fr](mailto:mapascotedopale@mapas.fr)

Plus d'infos sur nos réseaux !



@mapascotedopale



MAPAS Côte d'Opale

Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter au 06.81.09.04.35

\* Valable du 1er septembre 2024 au 31 août 2025