

Activité individualisée, adaptée, de  
proximité et accessible à tous niveaux !!!

# SPORT SANTÉ ADAPTÉ

1<sup>ÈRE</sup> SÉANCE LE 17 SEPTEMBRE 2018

Séances composées de : Echauffement cardio / renforcement  
musculaire adapté à la personne / stretching

## JOURS & HORAIRES

**Ségoufielle** : Lundi 12h15 - 13h15

**Endoufielle** : Lundi 15h15 - 16h15

**Clermont-S** : Lundi 18h30 - 19h30

**Monferran-S** : Mardi 10h30 - 11h30 & 17h45 - 18h45

**Marestaing** : Mardi 19h15 - 20h15

**Beaupuy** : Mercredi 15h30 - 16h30

**Lias** : Mercredi 18h15 - 19h15

**L'Isle Jourdain** : Jeudi 11h30 - 12h30 & 12h30 - 13h30

**Auradé** : Jeudi 18h30 - 19h30

Séances encadrées  
par un intervenant  
diplômé en Activité  
Physique Adaptée



## Tarifs

55€ / trimestre = 1 séance / semaine

80€ / trimestre = Séances illimitées

+ 6€ Pass'OIS d'adhésion pour l'année

**ESSAI GRATUIT!**

## Renseignements & Inscriptions

OIS: 05 62 62 67 43

Marion & Romain: 06 83 09 16 64

oisgt.romain-auzemery@orange.fr