

**DU 08 AU 12
SEPTEMBRE**

HIIT training



Cross training

Gym douce

Cardio



PORTES OUVERTES 2025

Stretching



Pilates

*Plateau de
musculature*



Postural Ball

Renfo FAC

MUSCULATION & FITNESS

Gymnase Céline Dumerç
Boulevard Jean Moulin
24660 Coulounieix Chamiers



**ASPTT GRAND
PÉRIGUEUX**
CLUB OMNISPORTS
cultivons vos envies

RENSEIGNEMENTS

au bureau omnisports ou

✉ muscufitness.grand-perigueux@asptt.com

☎ 05 53 05 17 50