FORME &
BIEN ÊTRE

CARDIO MUSCULATION

Plateau Cardio : plateau cardio-training complet composé de 9 postes. Vélos, rameurs, tapis de course, elliptique...

Plateau Muscu : plateau musculation complet composé de 15 postes en charges libres et guidées, mais aussi du matériel de travail en poids de corps.

16 ans et +	Encadrement sur RDV	Accès libre
Lundi	11h30-14h00 et 16h30-18h30	11h30-14h00 16h30-20h30 (Fermeture à 21h30 sauf les mardi et jeudi : 20h30)
Mardi	11h30-14h00 et 16h30-18h30	
Mercredi	Ouverture à 13h30	
Jeudi	11h30-14h00	
Samedi		10h00-12h30

Equipe technique

Karim Mahaoui
Diplômé d'Etat DEJEPS
Perfectionnement
Sportif

Tarifs 16 ans et +

209€ l'année
de septembre à juillet

Assurance et frais de dossier non compris

A l'unité : 10 €

Certificat médical obligatoire

Dojo des Phoenix
25 rue des Acacias - 72000 Le Mans
02 43 57 04 34
www.dojodesphoenix.com