



**NOUVELLE
SAISON
2025-2026**



fitness SPORT



**SALLE GRANDEMANGE CHANTRAINE
LUNDI 18H15-19H45 /
ASM CHANTRAINE : 06 01 88 02 54**

**RENFORCEMENT MUSCULAIRE / TABATA / HIIT /
CROSS TRAINING / STRETCHING**

Thomas Lapoirie
Coaching