



## Vitafédé avec énergie !

Faites vous plaisir  
et révélez-vous !

### > Avec 1 séance complète

Challengez-vous et renforcez votre activité cardiovasculaire. Profitez au maximum de votre énergie pour développer votre performance. Avec l'encadrement de nos animateurs diplômés, apprenez à améliorer votre condition physique.

### > Cardio Renforcement musculaire Dépassement de soi

### > ... sans oublier Plaisir Convivialité Bonne humeur



Des activités  
pour tous les goûts  
**pour se dépenser**

Profitez de l'esprit collectif pour vous dépasser ou vous remuscler. Vous pouvez alterner différentes activités\*, efficaces pour impacter votre silhouette :

**Fit' US  
Fit' Ball  
Fit' Gliss  
Step Energy  
Boxing  
Energy...**

**6 atouts**

1 LES DERNIÈRES TECHNIQUES TENDANCES

2 LA DYNAMIQUE DE GROUPE

3 LE PRIX

4 LA VARIÉTÉ DES ACTIVITÉS PROPOSÉES

5 L'ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

6 DES ANIMATEURS DIPLOMÉS ET PROFESSIONNELS

