



## 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...**

batouts



- 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