

Salle de remise en forme Biosport
Complexe Sportif René Magnac
82 A Boulevard Michelet - 13008 Marseille

Ouvert du lundi au vendredi
de 9h à 13h30 et de 17h30 à 20h30
Le samedi de 9h à 12h30



04.84.25.56.03



06.71.27.30.05



poleloisirsante.marseille@asptt.com

<http://marseille-remise-en-forme.asptt.com>

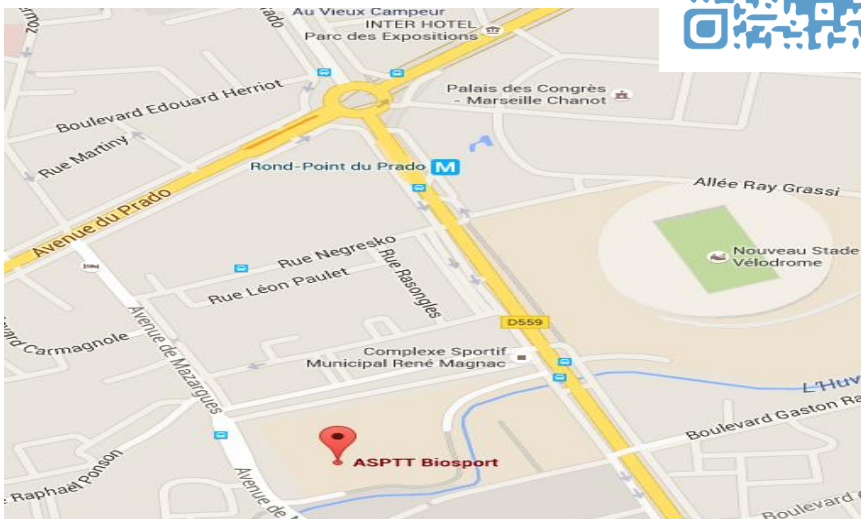
Rejoignez notre page Facebook
ASPTT Marseille Pôle Loisir Santé



Flashez-moi !!



Plan d'accès : à 5 min du métro PRADO



PLANNING DES COURS SAISON 2017/2018



UNE OFFRE UNIQUE :

Des activités variées et complémentaires.
Des formules adaptées à vos envies !

Notre concept vous plait ?
Devenez PARRAIN !

Bénéficiez d'un mois de remise par parrainage sur votre
prochaine réadhésion (dans la limite de 10 parrainages).

Avantages pour votre FILLEUL⁽¹⁾

- 7 jours d'essai⁽²⁾ gratuits et sans engagement.
- 1 mois offert à l'adhésion.

⁽¹⁾Seuls les nouveaux adhérents ont la possibilité d'être parrainés.

⁽²⁾Sous réserve de constituer votre dossier d'adhésion.

		MATIN			MIDI		APRES-MIDI			SOIR			
		9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h
LUNDI	Biosport	GYM TONIQUE Laure 9h15-10h	PILATES Laure 10h15-11h			SCULPT Laure 12h30-13h15						SCULPT Mélanie 18h30-19h15	PILOXING Mélanie 19h30-20h15
MARDI	Biosport	SWISS BALL Carolina 9h15-10h	C.A.F. Carolina 10h15-11h			PILATES Carolina 12h30-13h15					ZUMBA FITNESS Laure 18h-18h45	STRETCHING Laure 19h-19h45	
	Extérieur						MARCHE NORDIQUE* Niveau Doux Luminy Fac Clémence 14h30-16h30						
MERCREDI	Biosport	SCULPT Lydia 9h15-10h	VINYASA YOGA Lydia 10h15-11h									GYM POSTURALE Frédéric 18h30-19h15	DANCE FIT Frédéric 19h30-20h15
	Extérieur												DANSE FOLKLORIQUE* Siège ASPTT 20h-21h30
JEUDI	Biosport	PILATES Carolina 9h15-10h	STRETCHING Carolina 10h15-11h			C.A.F. Carolina 12h30-13h15					C.A.F. Lydia 18h-18h45	VINYASA YOGA Lydia 19h-19h45	
VENDREDI	Biosport	C.A.F. Laure 9h15-10h	L.I.A. Laure 10h15-11h			ZUMBA FITNESS Laure 12h30-13h15					CARDIO TRAINING Laure 18h-18h45	SWISS BALL Laure 19h-19h45	
	Extérieur								AQUA FIT* Piscine Magnac Alexandre 16h15-17h				
SAMEDI	S. PAIRES	FULL BODY TRAINING Lydia 9h15-10h	C.A.F. Lydia 10h15-11h	VINYASA YOGA Lydia 11h15-12h									
	S. IMPAIRES	SCULPT Laure 9h15-10h	ZUMBA FITNESS Laure 10h15-11h	STRETCHING Laure 11h15-12h									
	Extérieur	MARCHE NORDIQUE* Niveau Actif Luminy Stade Clémence 8h-10h	MARCHE NORDIQUE* Niveau Doux Luminy Stade Clémence 10h-12h										

* Hors vacances scolaires



C.A.F. Cuisses Abdos Fessiers



L.I.A. Low Impact Aérobic