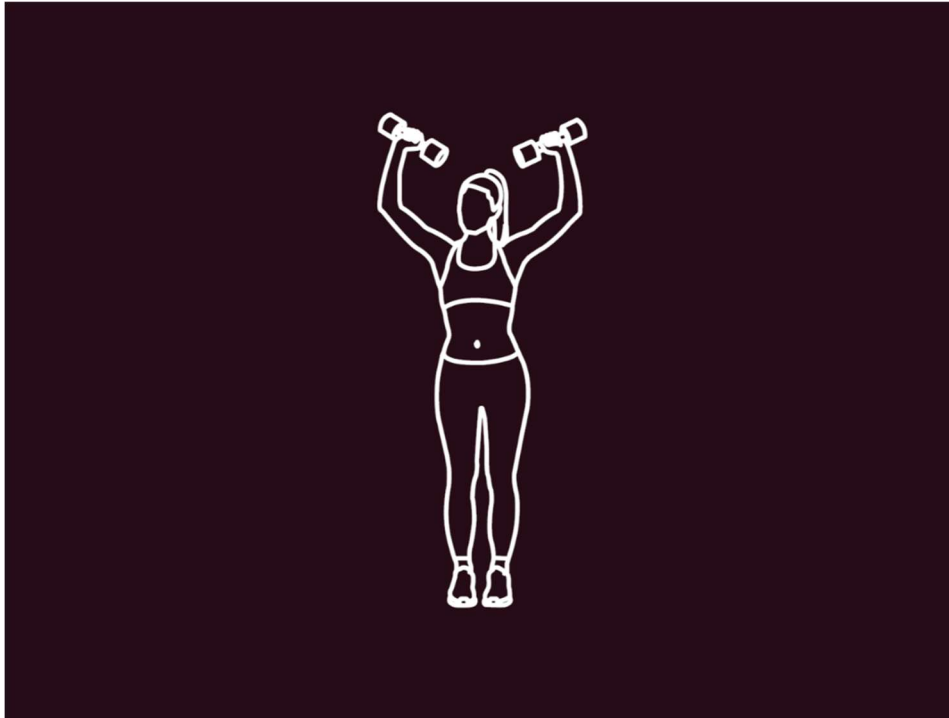




Séance découverte 😊

Vous n'avez jamais été pratiquant(e)s en salle de sport ?

Prenez rendez-vous avec **nos supers coachs**, Emma ou Mathilde.

Elles vous feront découvrir la salle, les machines et leur fonctionnement ainsi que les exercices les plus adaptés à vos objectifs.

La séance dure environ 45 minutes.

Munissez-vous de votre tenue de sport, de chaussures de salle, d'une serviette, de votre bouteille d'eau et en avant !

Pour prendre rendez-vous rien de plus simple : envoyez un mail à mathilde.treille@arlysere.fr ou emma.mendez@arlysere.fr , indiquez vos disponibilités et elles vous recontacteront pour fixer le rendez-vous.

N'attendez plus, bougez !