

.....

*Il n'est jamais trop tôt
ou trop tard pour
reprendre votre forme
en main.*

.....

Le fitness à la carte

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur
adipiscing elit. Maecenas porttitor congue massa.
Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus
lectus malesuada libero, sit amet commodo magna
eros quis urna.

Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere,
magna sed pulvinar ultricies, purus lectus
malesuada libero, sit amet commodo magna eros
quis urna.

.....

Contact

4567 Main St

06000 Nice

555-0100

info@adatumfitness.com

adatumfitness.com



USMV FITNESS

.....

DESTINATION FITNESS



Trouvez votre inspiration.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.

Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.



Cours de fitness en groupe

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.

Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.



USMV FITNESS ATTITUDE

IL N'EST JAMAIS TROP TÔT
OU TROP TARD POUR
REPRENDRE VOTRE FORME
EN MAIN.

LE FITNESS À LA CARTE

TARIF: 225€ OU 245€ EN ILLIMITÉ À
L'ANNÉE

COORDONNÉES

Téléphone:

06 30 57 42 17

06 66 34 35 78

Mail: usmvgymfit@gmail.com

<http://usmvgymnastique.wixsite.com>

/Villeparisis

Insta: [Usmv_fistness](#)



GYMNASE GEO ANDRE

1 rue de la division Leclerc

LUNDI

18H RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

19H STRETCH/YOGA

MERCREDI

17H30 PILATES

18H30 ZUMBA

19H30 RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

VENDREDI

18H CROSS TRAINING

20H30 SELF DEFENSE FEMME

MARDI CLOS DES CHATAIGNIERS

17H00 FITNESS ADAPTE

ESPACE ASSOCIATIF

BOISPARISIS

LUNDI

14H CARDIO RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

15H YOGA

MARDI

14H ZUMBA

15H PILATES

18H CIRCUIT TRAINING

18H45 TABATA

19H30 STEPP CARDIO

20H15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE
STRETCH

JEUDI

9H RENFORCEMENT MUSCULAIRE
STRETCH

14H BODY BARRE

15H15 STRETCHING

VENDREDI

14H RENFORCEMENT MUSCULAIRE

SAMEDI

9H30 LIA

10H30 STEPP CHOREGRAPHIE

11H30 BODY BARRE



COURS DE FITNESS EN GROUPE

- Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor.
- Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.
- Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum.



TROUVEZ VOTRE INSPIRATION.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.

Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Maecenas porttitor congue massa. Fusce posuere, magna sed pulvinar ultricies, purus lectus malesuada libero, sit amet commodo magna eros quis urna.