

les mercredis 13h00 - 14h00

# BODYSCULPT

les vendredis 13h00 - 14h00

Bonvin - Salle XV



Endurance et renforcement musculaire pour  
une **silhouette sculptée et affinée**.

Exercices de cardio et de musculation réalisés avec du matériel  
pour un **renforcement efficace** des abdominaux, jambes,  
bras, dos, pectoraux et fessiers.

Cédric, **coach agréé et expérimenté**, s'adaptera en  
fonction de votre niveau.

Entraînez-vous dans une **ambiance conviviale et détendue**  
sur de la musique dynamique.

## TARIFS et INSCRIPTION

60€/10 cours\* et cours à l'unité 8 €. Les non-membres de l'AIPU devront s'acquitter en plus d'une somme forfaitaire :

- 30€/an pour le personnel G
- 50€/an pour le personnel P

Nous invitons nos collègues non membres de l'AIPU à nous rejoindre.

\* Forfait 1 cours/semaine : validité 4 mois, forfait 2 cours/semaine : validité 2 mois