CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

MINI-ATHLE à BELLEY

première séance gratuite





EVEIL MOTEUR POUR LES ENFANTS NÉS DE 2010 A 2014.
JEUDI DE 17H15À 18H30, RDV AU STADE PAUL CHASTEL (GYMNASE DU COLOMBIER EN CAS DE PLUIE ET L'HIVER).
LES ENFANTS DÉCOUVRENT LES SAUTS-COURSES-LANCERS SOUS FORME DE JEUX ADAPTÉS.

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

MINI-ATHLE à BELLEY

première séance gratuite





EVEIL MOTEUR POUR LES ENFANTS NÉS DE 2010 A 2014.
JEUDI DE 17H15À 18H30, RDV AU STADE PAUL CHASTEL (GYMNASE DU COLOMBIER EN CAS DE PLUIE ET L'HIVER).
LES ENFANTS DÉCOUVRENT LES SAUTS-COURSES-LANCERS SOUS FORME DE JEUX ADAPTÉS.

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

MARCHE NORDIQUE à BELLEY

Première séance gratuite



Sam'Phi RécréaSports



asa

Ville de Belley

COACH Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

<u>MARCHE NORDIQUE :</u> JEUDI de 18h30 à 20h RDV au STADE PAUL CHASTEL, au GYMNASE DU COLOMBIER (si pluie et l'hiver). SORTIES AUTOUR DE BELLEY, FORÊT DE ROTHONNE, FORÊT D'ANDERT …
TOUT ÂGE ET TOUT NIVEAU.
L'HIVER : SORTIES A LA FRONTALE !!!
ABDOS/PILATES ET CARDIO/TRAINING AU GYMNASE DU COLOMBIER (si pluie)

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

MARCHE NORDIQUE à BELLEY

Première séance gratuite



Sam'Phi RécréaSports



asa

Ville de Belley

COACH Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

<u>MARCHE NORDIQUE :</u> JEUDI de 18h30 à 20h RDV au STADE PAUL CHASTEL, au GYMNASE DU COLOMBIER (si pluie et l'hiver). SORTIES AUTOUR DE BELLEY, FORÊT DE ROTHONNE, FORÊT D'ANDERT …
TOUT ÂGE ET TOUT NIVEAU.
L'HIVER : SORTIES A LA FRONTALE !!!
ABDOS/PILATES ET CARDIO/TRAINING AU GYMNASE DU COLOMBIER (si pluie)

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

RUNNING / REMISE EN FORME à CULOZ

première séance gratuite



Sam'Phi RécréaSports



asa COACH Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

CULOZ

BOOTCAMP

MARDI 18h30-20h

RDV A L'ESPACE JEAN-LOUIS FALCONNIER à CULOZ.
RUNNING SI BEAU TEMPS (AVEC FRONTALE PRÊTEE L'HIVER).
EN CONCERTATION AVEC LES ADHERENTS, ET SI MAUVAIS TEMPS ACTIVITES REMISE EN FORME, PILATES, CONDITION PHYSIQUE, BOOTCAMP… AU GYMNASE

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

RUNNING / REMISE EN FORME à CULOZ

première séance gratuite



Sam'Phi RécréaSports



asa COACH Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

CULOZ

BOOTCAMP

MARDI 18h30-20h

RDV A L'ESPACE JEAN-LOUIS FALCONNIER à CULOZ.
RUNNING SI BEAU TEMPS (AVEC FRONTALE PRÊTEE L'HIVER).
EN CONCERTATION AVEC LES ADHERENTS, ET SI MAUVAIS TEMPS ACTIVITES REMISE EN FORME, PILATES, CONDITION PHYSIQUE, BOOTCAMP… AU GYMNASE

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

BABY-ATHLE à CULOZ
première séance gratuite





SAISON 2018 2019

MARDI 16H30-18h

RDV A L'ECOLE MATERNELLE à CULOZ. RÉCUPÉRATION PAR LE COACH A LA SORTIE DE L'ECOLE !!!

Un éveil moteur pour les tout petits **(nés de 2013 à 2015).** Les enfants découvriront différentes actions motrices : courir, s'équilibrer, lancer, sauter, ramper … sur des parcours ludiques grâce à du matériel en mousse sécurisant. « Pass'aventure » valide les acquis moteurs. A PARTIR DU 11/09/2018

COACH Athlé Santé PARTENAIRE DE VOTRE FORME

asa

Sam'Phi RécréaSports

CONTACT : PHILIPPE YVARS 06 88 45 47 07
philippeyvars@yahoo.fr www.samphi.eu

BABY-ATHLE à CULOZ
première séance gratuite





SAISON 2018 2019

MARDI 16H30-18h

RDV A L'ECOLE MATERNELLE à CULOZ. RÉCUPÉRATION PAR LE COACH A LA SORTIE DE L'ECOLE !!!

Un éveil moteur pour les tout petits **(nés de 2013 à 2015).** Les enfants découvriront différentes actions motrices : courir, s'équilibrer, lancer, sauter, ramper … sur des parcours ludiques grâce à du matériel en mousse sécurisant. « Pass'aventure » valide les acquis moteurs. A PARTIR DU 11/09/2018

COACH Athlé Santé PARTENAIRE DE VOTRE FORME

asa

Sam'Phi RécréaSports