



Sur une initiative de l'ASPTT Fédération Omnisports, les femmes sont à l'honneur!

L'ASPTT Ile de Cayenne

ouvre ses portes à toutes les femmes. Parce que le sport, c'est avant tout dans les clubs, venez découvrir et vous initier à de nombreuses activités sportives. Les séances sont encadrées par des animateurs diplômés.



**L'ÉVÉNEMENT
MULTISPORTS
100% FEMME**

**POUR LA JOURNÉE INTERNATIONALE
DES DROITS DES FEMMES**

BIEN-ÊTRE

	Yoga	Danse fusion	Fitness	Pilates	J'MACTIV Santé	J'MACTIV Séniors
Lundi			17h30-18h30			
Mardi	18h30-20h	18h30-20h				
Mercredi			16h30-17h30	16h30-17h30		09h-10h
Jeudi	18h30-20h					
Vendredi				18h-19h	17h30-18h30	09h-10h
Samedi						
Dimanche						

SPORTS

	Badminton	Capoeira	Lutte	MMA	Self Défense
Lundi	18h30-22h				19h-21h
Mardi		20h-22h			
Mercredi	18h30-22h			19h30-21h	
Jeudi		20h-22h			
Vendredi	18h30-22h			19h30-21h	
Samedi			17h-18h		
Dimanche	09h-13h				

ATELIERS*

Same di 11 8h30-10h	"BOOSTE TON ÉNERGIE" avec Anne SCHNEEBERGER
Samedi 18 8h30-10h	"PANSE TES RELATIONS" avec Carole MATHEE
Same di 25 8h30-10h	"ÉCOUTE TES ÉMOTIONS" avec Géraldine LEGROS

* payant: 5€ - 20 places disponibles

Un programme pour toutes !

Du 6 au 25 mars

ASPTT

FÉDÉRATION
OMNISPORTS
cultivons vos amézes