

CROSS TRAINING



Une approche novatrice de la remise en forme.
Redoutable d'efficacité, le **cross training** développe vos
qualités de résistance, d'endurance, de coordination,
d'équilibre, de souplesse et de force athlétique

Le Jeudi : 18h30 à 19h30

Le Samedi : 10h00 à 11h30

(hors périodes de fermetures techniques)

Prestation incluse dans l'abonnement musculation

Coût d'une séance hors abonnement : 7,80 €

accès avec inscription préalable

avenue de la plage à Chamonix-Mont-Blanc

www.cc-valleedechamonixmontblanc.fr Tél. 04 50 53 23 70