

Nouveau



FIT PING

Tonic

Pour vous !

Mesdames, Messieurs

A Sorgues

Venez découvrir un moment
Convivial, dynamique et sportif !



Proposé par

en partenariat avec le PPCS



FIT PING

Tonic



Qu'est-ce que le Fit Ping Tonic ?

Moderne et accessible à tous, le Fit Ping Tonic est une déclinaison en vogue du tennis de table. Alliance de tennis de table et de fitness, le Fit Ping Tonic répond aux attentes des pratiquants en quête d'une pratique différente, plus ludique et moins contraignante, de l'activité. Cette activité, mixte, s'adapte à tous les niveaux de pratique, à tous les niveaux de sportifs et à tous les âges.

Le Samedi de 10h à 11h

A partir du 11 septembre 2017

Plaine Sportive chemin de Lucette 84700 Sorgues

2 séances de découverte gratuite

Infos pratiques :

- *Animé par un cadre qualifié.
- *Matériel (raquettes, balles, Fit Ball...) fourni
- *Tapis de sol, quelques-uns se trouvent sur place.
- *TENUE DE SPORT conseillée.
- *Vestiaires, douches sur place
- *Cotisation annuelle : à partir de 180€/an.

Contenu d'une séance

- Echauffement (Cardio)
- Renforcement musculaire
- Stretching
- Tennis de Table
- Etirement – Relaxation

Contact : 100%Activités Antoine Rivaud Portable : 06.64.94.65.18

Mail : arivping@neuf.fr N° Siret : 82884568500019