25
–
26

FUN FIT

DELPHINE SERIES

PARCOURS

Diplômée de la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF), Delphine est formatrice (certifiée chez DEMOS), Sophrologue et aussi diplômée de l'institut Français de Yoga (IFY). Son objectif est de savoir s'adapter aux attentes de chacune, chacun, de chaque groupe. Elle enseigne depuis 16 ans avec la joie sans cesse renouvelée que l'on a à partager.

LE FUN FIT

Le Fun-Fit se pratique en musique et bonne humeur. C'est la libération de ce qui peut, au quotidien, encombrer corps et esprit. C'est un lâcher prise vécu dans la joie et la sérénité.
Une fois les muscles posturaux engagés, on initie, par étape, une montée du rythme cardiaque, la séance se termine par une courte séquence de relaxation dirigée.
Sourire et dynamisme garantis pour la journée.
Accessible
à tous.

VENDREDI **12H30-13H30**

TARIFS

COURS D'ESSAI : 20€

ABONNEMENT ANNUEL (32 SÉANCES)
464€ 1 COURS/ SEMAINE SOIT 32 SÉANCES
832€ 2 COURS/ SEMAINES SOIT 64 SÉANCES
1200€ 3 COURS/ SEMAINE SOIT 96 SÉANCES

FORFAIT 2 COURS (FUN-FIT + YOGA OU MÉDITATION)
FORFAIT 3 COURS (FUN-FIT + YOGA + MÉDITATION)

Cet abonnement offrant un tarif préférentiel, aucun remboursement ne pourra être établi. Forfait (Payable en 1,2 ou 3x)

RENSEIGNEMENTS ET CONTACT

MAIL
delphineseries@yahoo.com
TEL
06 64 91 15 62
INSTAGRAM
@delphineseries

CENTRE**ARTYS**
1, passage de Vignières
74000 ANNECY
04 50 23 06 52
info@centreartys.com
www.centreartys.com