



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTVITALITÉ
ACTIVONS LES ÉNERGIES POSITIVES

BOUGER à KANFEN

Saison 2026-2027

**10 SÉANCES PAR SEMAINE
AU CHOIX**



CARDIO



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE



SOUPLESSE



EQUILIBRE

REJOIGNEZ- NOUS !

DEVENEZ MEMBRE DE LA 1ÈRE
FÉDÉRATION MULTISPORTS DE
FRANCE





Notre club :

- UNE PRATIQUE SPORTIVE POUR TOUS
- DES ACTIVITÉS VARIÉES
- UNE TARIFICATION SOUPLE
- DES ANIMATEURS COMPÉTENTS ET DYNAMIQUES

● Nos autres activités :

- DES SORTIES ET DES MOMENTS CONVIVIAUX
- DES ANIMATIONS DÉCOUVERTES GRATUITES



**Des séances adaptées à vos envies,
toute la semaine !**



LUNDI

18H30 - 19H30

FITNESS

GYMNASE



19H30 - 21H

PILATES

GYMNASE

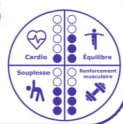


MARDI

15H15 - 16H15

GYM DOUCE

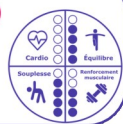
GYMNASE



18H30 - 19H30

YOGA

SALLE COMMUNALE



MERCREDI

19H15 - 20H15

BODY SCULPT

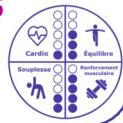
GYMNASE



20H15 - 21H15

GYM DE
GASQUET

GYMNASE



JEUDI

19H - 20H

GYM
WELLNESS

GYMNASE



VENDREDI

8H30 - 9H30

PILATES

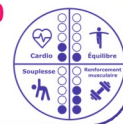
GYMNASE



14H30 - 15H30

RENFO

GYMNASE

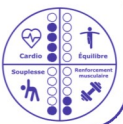


SAMEDI

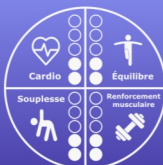
9H - 11H

MARCHE
NORDIQUE

EXTÉRIEUR



Intensité des cours sur 4 PILIERS
Cotation de 1 à 5



Composez votre PACK SPORT-
SANTÉ

2 séances encadrées

+

1 séance en autonomie

=

un mode de vie sain et actif



Retrouvez des conseils sport-
santé sur notre APPLICATION !

PROGRAMMES D'ACTIVITÉS
PODCASTS
FICHES CONSEILS



...

Cotisation annuelle:

	1 cours/sem.	2 cours/sem.	Accès illimité
Activité(s) au choix	110€	170€	230€

**1 SEMAINE DE SÉANCES D'ESSAI OFFERTE :
N'ATTENDEZ PLUS !**

**Reprise des cours et remise des
dossiers d'inscription dès le 1^{er}
SEPTEMBRE à nos bénévoles.**

**Vous pourrez aussi les déposer à
l'occasion de notre AG le JEUDI 10/09
à 20h à l'espace socioculturel.**



Renseignements et inscriptions:



06 83 54 84 63



bougerakanfen57@gmail.com



BOUGER À KANFEN



www.kanfen.fr/les-associations/bouger-a-kanfen/



Kanfen

