



**ISTRES SPORTS ATHLETISME**  
Propose cette année

## **LE SPORT FORME ET SANTE**

**Le club a créé cette offre de pratiques  
en faveur de personnes qui recherchent  
l'amélioration de leur état de forme  
et de leur santé par le sport**

### **RENFORCEMENT MUSCULAIRE**

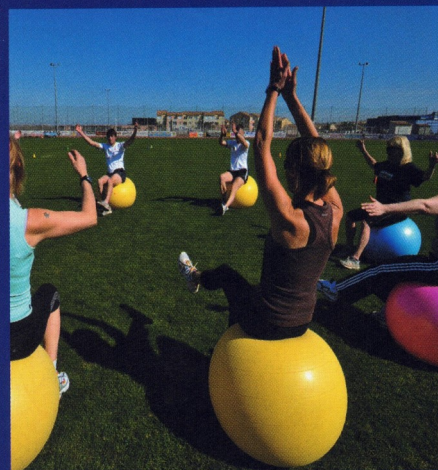
Activité de préparation physique générale, ludique et dynamique, destinée aux sportifs.

Cette pratique est inspirée de la culture de l'athlétisme : renforcement musculaire avec charge, course, bondissements, sprint, etc.



### **LA REMISE EN FORME**

Pratique idéale pour reprendre l'activité physique de manière douce, en sollicitant l'ensemble du corps. Cette activité est adaptée à tous les publics.



**RENSEIGNEMENTS**  
**[www.istressports-athle.com](http://www.istressports-athle.com)**  
**0607326482**