

Merci !

À NOS MÉCÈNES ET À NOS PARTENAIRES



Foyer social et culturel
BEZANNES

ADHÉREZ A VOTRE BIEN-ÊTRE !



CHEZ FRED
BAR - CAVE - RESTAURANT



ISODECOR




BEZANNES
COMMUNE HUMAINE ET URBAINE

www.fsc-bezannes.fr

AVANT-SCÈNES



www.avant-scenes.fr

Réservez votre créneau !

Pack Sport

- Circuit Training HIIT
- Etirements-Stretching
- Gym ball
- Gym Bien-être
- Pilates
- Renforcement musculaire

Coachs
certifiés

10 séances au choix/semaine sur 30 sem.

Pack Bien-être

- Etirements/relaxation
- Gym Bien-être
- K'ianza ®
- Pilates
- Qi-Gong
- Sophrologie
- Yoga Doux

10 séances au choix/semaine sur 30 sem.

Activités Enfants

- Baby Gym
- Danse Jazz
- Echecs
- Expression Corporelle et Chants (Nouveau)
- Judo
- Karaté
- Musique (Batterie/Piano/Chant/Guitare)

Activités Adultes

- Billard
- Echecs
- E. Club informatique
- Partage Créatif

PROGRAMME SAISON 2024-2025 FSC DE BEZANNES

SPORT - MUSIQUE - BIEN-ÊTRE - CULTURE
- BIBLIOTHEQUE - LOISIRS CRÉATIFS

Activités
24-25



Scannez et inscrivez-vous !

NOUVEAUTÉ !
PACK-SPORT ET PACK BIEN-ÊTRE



Adhérez à votre bien-être !

www.fsc-bezannes.fr

**Venez nous rencontrer au
Forum des Associations de
Bezannes
le samedi 07 septembre 24
de 14h00 à 18h00**

**A CHACUN SA
FORMULE
VOUS AVEZ LE
CHOIX**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
MATIN		9H-10H- PILATES ●● 10H15-11H15- QI-GONG ●	10H00-11H00 – YOGA DOUX ●		10H-11H – PILATES ● 11H-12H RENFO MUSC ●	9H30-11H30 – KARATE
MIDI		12H30-13H30 – SOPHROLOGIE ●	12H15-13H15 – GYM BALL ●	12H30-13H30 – KI DANZA ●	12H30-13H30 – GYM BIEN-ÊTRE ●●	
APRES-MIDI	14H30-17H00- 1X/MOIS E.CLUB 15H30-17H – GYM DOUCE – PILATES MIX ●● 17H15-18H15 – BABY GYM	18H45-19H45 – ECHECS	13H30-15H30 – JUDO 15H45-16H45 – BABY GYM 17H30 – 18H30 – CHANZANIMES : EXPRESSION CORPORELLE ET CHANT ENFANTS	14H30-16H30 – PARTAGE CREATIF-1X TS LES 15JRS 16H30-17H30- ETIREMENTS/STRECHING ● 17H45-19H15 – JUDO	16H30 – 17H30 CIRCUIT TRAINING HIIT ● 16H45-17H45 DANSE JAZZ 17H45-18H45 DANSE JAZZ 19H00-20H00 DANSE JAZZ	
SOIREE		18H30-19H30 SOPHROLOGIE ● 19H30-20H30 PILATES ● 20H30-21H30 ETIREMENTS/ RELAXATION ●●	19H30-21H00 – BOXE ANGLAISE	20H30-22H – CHORALE 20H30-21H30 – YOGA ●	19H45-21H45 - KARATE	

**Coachs
certifiés**

Pack Sport ou Pack
Bien-être
270 € *

Activités Sport
ou Bien-être à l'unité
à partir de 145 € *

Pack Sport + Pack
Bien-être
390 € *

TARIF ADHÉSION 24-25 : 25 €/adulte - 15 €/enfant

Musique
Batterie / Piano /
Chant / Guitare

Billard
Tous les jours
de 8h30 à 21h

Bibliothèque
mardi de 17h à 18h30
mercredi de 14h à 17h
jeudi de 16h30 à 18h



Scannez et inscrivez-vous !
www.fsc-bezannes.fr