

# AS MUSCU/CROSS-FITNESS



<https://www.facebook.com/groups/1594225304215903/>



## Où ?

Salle de musculation située au Kerzu (*possibilité de changement sur certain des créneaux -à voir avec l'encadrant*).

## Quand ? Avec qui ?

Lundi 12h-13h30 : M. Godec - Mercredi 12h-13h30 : Mme Abgrall – Jeudi 17h30-19h : M. Carpentier

## Comment m'inscrire ?

Demander à mon enseignant d'EPS (ou télécharger sur l'onglet association sportive du site du lycée) le dossier d'inscription 2016-2017. Le compléter et le retourner accompagné du chèque de 10 ou 20 euros.

## Pourquoi ?

M'entraîner, progresser, développer un meilleur état de forme, apprendre, me dépasser, rencontrer...



## Précisions

- Le midi si vous venez à une activité de l'AS vous êtes prioritaires pour passer au self à partir de 12h45.
- Si vous désirez rester sur l'intégralité du créneau (12h-13h30) vous pouvez prévoir un sandwich pour manger quand vous en avez envie !
- **N'hésitez pas à venir une première fois pour observer : si l'activité vous plait... alors il sera temps de vous inscrire à l'AS !**

