



Invitation «Portes ouvertes Taïso» du 1er au 15 juin 2026

Formulaire à nous le rendre dès la première séance d'essai.

Nom/.....Prénom.....Âge/.....

Tél/.....Mail/.....

- Lundi 19h00/20h15* ¶ Renforcement musculaire
- Mercredi 18h30/19Hh45* ¶ Cardio/renforcement musculaire
- Jeudi 19h00/20h15* ¶ Souplesse /mobilité/renforcement musculaire



Invitation «Portes ouvertes Taïso» du 1er au 15 juin 2026

Formulaire à nous le rendre dès la première séance d'essai.

Nom/.....Prénom.....Âge/.....

Tél/.....Mail/.....

- Lundi 19h00/20h15* ¶ Renforcement musculaire
- Mercredi 18h30/19Hh45* ¶ Cardio/renforcement musculaire
- Jeudi 19h00/20h15* ¶ Souplesse /mobilité/renforcement musculaire