

# Merci !

À NOS MÉCÈNES ET  
À NOS  
PARTENAIRES



Foyer social et culturel  
BEZANNES

ADHÉREZ A VOTRE BIEN-ÊTRE !



CHEZ FRED  
BAR - CAVE - RESTAURANT



ISODECOR



[www.fsc-bezannes.fr](http://www.fsc-bezannes.fr)

AVANT-SCÈNES



[www.avant-scenes.fr](http://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](http://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	VENDREDI	SAMEDI
<b>MATIN</b>		9H-10H- PILATES ●●  10H15-11H15- QI-GONG ●	10H00-11H00- YOGA DOUX ●		10H-11H- PILATES ●  11H-12H RENFO MUSC ●	9H30-11H30- KARATE
<b>MIDI</b>		12H30-13H30- SOPHROLOGIE ●	12H15-13H15- GYM BALL ●	12H30-13H30- KI DANZA ●	12H30-13H30- GYM BIEN-ÊTRE ●●	
<b>APRES-MIDI</b>	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	
<b>SOIREE</b>		18H30-19H30 SOPHROLOGIE ●  19H30-20H30 PILATES ●  20H30-21H30 ETIREMENTS/ RELAXATION ●●	19H30-21H00- BOXE ANGLAISE	20H30-22H- CHORALE  20H30-21H30- YOGA ●	19H45-21H45- KARATE	

**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

**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



Scannez et inscrivez-vous !  
[www.fsc-bezannes.fr](http://www.fsc-bezannes.fr)