

# FITNESS KIDS

*Fitness Kids (4-7 ans)*

*Fitness Kids (8-11 ans)*

Cette discipline s'adapte aux enfants grâce à ce programme intuitif, votre enfant peut apprendre et pratiquer avec plaisir de nombreuses activités axées sur le domaine du fitness et de la gym.



C'est un cours unique et varié pour que chaque séance soit une découverte amusante. Ce large choix de pratiques pensées pour être ludiques permet ainsi un travail sur tous les muscles du corps, en douceur, et améliore l'endurance, la coordination, la souplesse et l'agilité. Au-delà du plaisir de pratiquer un sport en dehors du cadre scolaire, c'est pour votre enfant l'occasion de développer ses compétences naturelles tout en contribuant à l'amélioration et à l'entretien de son capital santé.



Votre enfant prend confiance en lui et en ses capacités athlétiques.



**CAP CORPS**



FITNESS – DANSE ARTISTIQUE – CARDIO – DANSE DE COUPLE – RENFORCEMENT