

Spinning et gainage du 13 janvier au 31 mars 2022

Inscription individuelle obligatoire. Dès 16 ans, Pass Covid obligatoire

Afin de préparer la saison prochaine, O2MounTainBike invite ses membres à participer aux entrainements de spinning et de gainage.

Lieu : Let's Go fitness, rte du Verdel, Bulle

Dates et horaires : Les jeudis soir, du 13 janvier au 21 mars 2022, de 19h15-20h45, **rdv 19h05**

Participants : Réservé aux adultes et aux jeunes **dès 14 ans (2008) uniquement**

Inscription jusqu'au 22 décembre 2021 :

https://doodle.com/poll/h2z9yxdy4c8k4bba?utm_source=poll&utm_medium=link

Le nombre de vélo étant limité, le membre inscrit s'engage à participer à au moins 80% des entrainements !

L'accord écrit des parents pour les enfants mineurs est demandé.

(à adresser à Patricia Matthey, Bois-Riant 1, 1661 Le Pâquier ou : patricia.matthey@gruyere-escapade.ch)

Au vu de la situation sanitaire, l'accès aux vestiaires sera limité et les douches ne seront pas à disposition. Veuillez donc arriver déjà équipés ! Il sera néanmoins possible de laisser nos affaires dans la salle de gainage.

Salutations sportives.

Au nom du comité
Patricia Matthey, resp.technique

Dans la roue d'O2MounTainBike saisons 2019 – 2021