

CORSA ASSOCIATION



CORSA Club Omnisports Section Adultes

Nos activités – Tous niveaux Technique, cardio, performance & bien-être

✓ MARCHE NORDIQUE

- Lundi 14h – Nordique Yoga (autour de Narbonne)
- Mardi 18h30 – Nordique Cardio (Campagne Narbonne)
- Jeudi 14h – Nordique Fit (autour de Narbonne)

✓ RUNNING / TRAIL

- Mardi 18h30 – entraînement Trail (Campagne Narbonne)
- Mercredi & Vendredi 18h30 – Fractionné (Parc des sports de Narbonne)

✓ CROSSFIT (option)

- Jeudi 19h15 – Préparation Physique adaptée (Winfactory Narbonne)

Encadrement : Selena Corsaletti
Coach diplômée d'État | Ironwoman
Championne du monde Marche Nordique (Italie)
Technique reconnue par les juges internationaux

✓ TARIFS & OPTIONS

Marche nordique + Running
Adhésion annuelle : 165 €

✓ OPTIONS :

Licence compétition FFA : +55 €
CrossFit : +100 €

Avantages Licence FFA :

- ✓ Accès aux compétitions officielles
- ✓ Assurance FFA complète
- ✓ Plateforme de suivi des performances et résultats
- ✓ Réductions partenaires
- ✓ Plus besoin de certificat médical avec PPS
- ✓ Suivi & communication

Choix de l'inscription :

Adhésion annuelle 165 €

Option Licence FFA compétition 55 €

Option CrossFit 100 €

Nom :

Prénom :

Date de naissance :/...../.....

Adresse e-mail :

Adresse postale :

Le à

Signature :

Mode de paiement :

Chèque

Espèces

Chèque vacances

Coupon sport

Signature valant acceptation du règlement intérieur
Disponible sur : www.associationcorsa.fr