



**fameck**  
VILLE DE

## « SE MUSCLER A TOUS LES ÂGES ? »

Que recherchez-vous ? : améliorer votre capital santé, devenir plus fort, vous affiner, vous perfectionner, lutter contre le vieillissement musculaire , bouger et vous muscler tout simplement ?...

Si vous êtes là pour ces raisons , alors ne cherchez plus : vous êtes au bon endroit avec le Sporting Club Fameck. Le SCF avec les bénévoles du club vous accompagne dans un cadre associatif et convivial, vous fait découvrir des activités d'entretien de sa santé , des pratiques de renforcement musculaire « à tous les âges » de la vie, des activités omnisports.

L'association par des ateliers adaptés : sous forme de séances ludiques et conviviales vous guidera dans votre projet.

De septembre 2023 à mi-février 2024 « pour découvrir ! » : les mardis, mercredis et jeudis de 18h30 à 19h45 . (Si ces créneaux ne vous conviennent pas contactez-nous ).

Ces séances sont ouvertes à tous les publics : féminines, seniors, non licenciés , pratiquants dans une autre activité sportive , jeunes (mais avec autorisation parentale !) sous une forme ludique : "école du dos et du tonus"...

Inscrivez-vous via le site : <https://scfameck57.sportsregions.fr> ou rencontrez - nous directement en salle Criton : Cité des Sports , avenue François Mitterrand. Lors de cette séance : tenue et chaussures de sport tirés d'un sac pour circuler dans la salle , prenez de l'eau pour boire durant la séance, à bientôt SCF .



**Vous songez à vous  
(re) mettre à une  
activité de  
renforcement  
musculaire ?**

**Et vous ne savez pas  
encore comment  
vous lancer ?**

**Venez rencontrer le  
SCF**

**Et à vous de décider  
si vous souhaitez  
poursuivre l'aventure  
d'une manière plus  
régulière.**

**SPORTING CLUB FAMECK**

Cité des Sports

57290 Fameck

salle Criton

**scfameck57.**

**sportsregions.fr**

Association depuis 1971 ,du  
lundi au vendredi en soirée.

