

# SAUNA

**Saison 2019**

Du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre

Lieu

**128 rue de l'Université  
 Au-dessus de la salle de sports**

Horaires  
 des cours

**Femmes :**  
 Lundi et mercredi : 12 h 00 – 14 h 00

**Hommes :**  
 Mardi et jeudi : 12 h 00 – 14 h 00

Tarifs  
 de la section

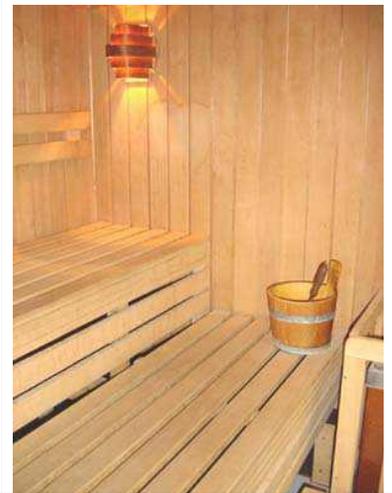
SAUNA  
 Adhérents intérieurs **60** euros  
 Adhérents extérieurs **100** euros

Cotisation  
 ASCAN

SAUNA  
 (avec inscription à l'une des trois sections :  
 culture physique, escrime ou judo)  
 Adhérents intérieurs **40** euros  
 Adhérents extérieurs **70** euros

**Intérieurs 45 euros  
 Extérieurs 70 euros**

Le sauna est un bain de chaleur sèche qui nous vient d'Europe du Nord. De nombreux travaux ont établi que sa pratique régulière renforce la résistance aux agressions de toutes sortes : stress, infections, chaleur, froid ... Il favorise également la détente et le bien-être.



Contacts  
 téléphoniques

**Bernard CLAVEL**

**Bureau :** 01 40 63 56 84  
**Dojo :** 01 40 63 56 89  
**Salle de sports :**  
 01 40 63 56 88

