



# CULTURE PHYSIQUE

## Saison 2020

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

Lieu  
des cours

**Salle des sports  
128 rue de l'Université**

Horaires  
des cours

Les horaires sont variés et les cours nombreux.  
Contact **Bernard Clavel Professeur** : 01 40 63 56 84  
(avant cours de culture physique et de judo)

Tarifs  
de la section

**Intérieurs : 125 euros  
Extérieurs : 275 euros**

Cotisation  
ASCAN

**Intérieurs 50 euros  
Extérieurs 75 euros**

La section « culture physique » est la plus importante de l'ASCAN avec plus de 280 adhérents. C'est une section qui accueille une majorité de députés, de collaborateurs et de fonctionnaires. Le but recherché est d'améliorer la condition physique, l'endurance, la souplesse et le tonus musculaire par une pratique régulière et progressive, dans une ambiance détendue.

L'offre est large puisque les adhérents peuvent, sous réserve de la délivrance d'un certificat médical d'aptitude et selon les horaires, pratiquer individuellement ou suivre des cours de gymnastique traditionnelle, de musculation, de cardio-training et de stretching.

La section dispose d'une grande salle omnisports, destinée aux cours collectifs, ainsi qu'une salle de musculation et de cardio-training de plus de 30 postes de travail, (appareils de musculation, vélos, rameur, tapis de course etc ). Il s'agit d'équipements de dernière génération qui sont entretenus et renouvelés régulièrement en fonction de vos attentes.

Les cours sont dispensés par deux professeurs dont les méthodes différentes et complémentaires visent à satisfaire le public le plus large. Ils veillent à concevoir des programmes adaptés à tous les niveaux et à tous les âges. En matière de musculation, les professeurs s'attachent à développer des programmes personnalisés pour ceux qui recherchent un résultat précis ou qui souhaitent suivre un entraînement particulier. Ils veillent enfin à votre sécurité lors de l'utilisation des équipements.



Contact  
Téléphonique

**Philippe GRENIER  
01 40 63 85 52  
Responsable section**



Contact mail

**[pgrenier@assemblee-nationale.fr](mailto:pgrenier@assemblee-nationale.fr)**

Site Ascan

**<http://www.ascan75.fr>**

