

# 610 CREW

**PLANNING 2022-2023**

	LUNDI « Éragny »	LUNDI « Herblay »	MARDI « Éragny »	MARDI « Herblay »	MERCREDI « Éragny »	MERCREDI « Herblay »	JEUDI « Éragny »	JEUDI « Herblay »	SAMEDI « Éragny »	SAMEDI « Éragny »
<b>M A T I N</b>				610 FTC 12H30 - 13H15		610 FTC 12H30 - 13H15			CARDIO BOXE KIDS 10H - 11H  LADY BOXE 12H - 13H30	CAF 10H - 10H45  YOGA VINYASA 10H45 - 11H30
<b>S O I R</b>	RENFO SENIOR 18H30 - 19H30  CORE TRAINING 19H30 - 20H  PILATES 20H - 21H		DANCE BODY MIX 19H - 20H		HIP-HOP 8- 14 ans 17H - 18H  HIP-HOP 18 - ADULTE 18H - 19H  BODY SCULPT 19H - 20H		CARDIO ATTACK 20H - 21H	610 FIGHTING MIXE 20H - 21H30	YOGA INTEGRAL 19H45 - 21H15	610 FTC 19H15 - 20H

Découvrez également 610FYT, plateforme de vidéos fitness avec un maximum de choix (Yoga, Pilates, Abdos, Cardio,...) et d'entraînements tous niveaux !!!  
RDV sur [www.610fyt.com](http://www.610fyt.com)

06 14 47 03 06 / 07 82 18 87 76  
[www.610crew.wixsite.com/officiel](http://www.610crew.wixsite.com/officiel)  
Sixcentdix crew 610\_crew  
[info610crew@gmail.com](mailto:info610crew@gmail.com)

**Le 610 CREW démarre fort cette saison 2021-2022 avec en complément de la Boxe (bonne nouvelle également accessible pour les enfants désormais), de nombreuses activités : Danse, Cross Training, Core Training (renforcement musculaire), Stretching, Yoga, Pilates, Step...**

**Des activités pour tous les goûts, tous les âges et tous les niveaux ! Un programme complet qui vous permettra de vous éclater cette année ! Une belle année sportive vous attend à leur côté.**

**Venez vite tester -> un cours d'essai gratuit**

## Coordonnées

19 rue de la brise  
95610  
Éragny-sur-Oise  
[info610crew@gmail.com](mailto:info610crew@gmail.com)  
[06 14 47 03 06](tel:0614470306)  
Infos pratiques

Contactez-nous par mail : [info610crew@gmail.com](mailto:info610crew@gmail.com)

Liens utiles

[Site Internet 610 Crew](#)  
[Site Internet 610 Trainer](#)  
[Instagram 610\\_CREW](#)  
[Facebook Sixcentdix Crew](#)

Contact

Bibi 0614470306

Cynthia 0782188776