



**Repères:**

**Horaires :**

- Mardi : 18h30-19h15 (Bulleo extérieur)
- Jeudi : 18h30-19h15 (Bulleo extérieur)

Ce cours permet de travailler la condition physique générale, appelé également circuit minceur, il allie travail musculaire et cardio-vasculaire.

Accessible à tous.

**Source URL:** <https://bulleo.epernay-agglo.fr/cta-circuit-de-training-alterne>