

QUI SOMMES NOUS ?

Fit N' Dance fwi, est une association de loi 1901 travaillant à l'éducation et au développement des bienfaits du sport-santé, de l'art et de la culture en Martinique à travers des ateliers pédagogiques et éducatifs intergénérationnels.

Nous œuvrons pour :

L'accompagnement de **la famille** et de **l'individu**.

L'accompagnement des entreprises à travers la création de **team building** et de **programme spécifique**

Les réponses aux besoins du territoire à travers des **appels à projets**

Le **développement de projets pédagogiques** avec les établissements scolaires

La sensibilisation la population martiniquaise à travers des **manifestations culturelles**

TARIFS

FORFAIT BASIC CONNECT : 28,5 € / mois pour 2 séances par semaine dans ton quartier

FORFAIT MOOV N'CONNECT : 32 € / mois pour 3 séances par semaine dans tous les quartiers

FORFAIT TOTAL CONNECT : 36 € / mois pour un accès illimité à toutes les activités dans tous les quartiers

Possibilité de bénéficier du **Ticket Loisirs Jeunes** (4-20 ans) et du **Pass Loisir 972** (20-25 ans) jusqu'à 200 euros par an en fonction du coefficient familial.

CONTACTS

Sarah TOBINORD - 0696 28 48 91
fitndance@outlook.fr

Rony Thelcide - 0696 79 55 41
ronythelcide.fitndance@outlook.fr

PIÈCES À FOURNIR

- Fiche d'inscription remplie et signée
- 40 euros d'adhésion annuelle pour les nouveaux adhérents / 30 euros pour les adhérents 2020/2021 en espèce ou par chèque à l'ordre de «Association Fit n'Dance FWI»
- Règlement annuel en espèce ou en 1 à 9 chèques
- Certificat médical de «non contre indication à la pratique sportive»
- 1 photo d'identité avec nom, prénom âge au dos

 www.fitndancefwi.fr

L'application **DECIPLUS**
<https://member-app.decipius.pro/#/fitndancefwi>
Code centre : fitndancefwi

 **Fit n'Dance FWI**
Fort de France

 **Fit n'Dance FWI**



FIT N' DANCE FWI

MOOV N'CONNECT

By FIT N'DANCE

Du sport dans ton quartier pour tous les âges et tous les niveaux

PROGRAMME ET TARIFS 2021 - 2022
FORT DE FRANCE

Total Body Sculpt - AfroKaribbean - Pilates - Yoga - Cross training HIIT
Coaching privé personnalisé

Ateliers parentalité - Hip hop enfants - Danse Afro enfant /ados / adultes
Multisports enfants

Randonnées thématiques - Acti'March

Activités adaptées aux seniors

Protocole sport-santé sur ordonnance

Affiliée à la fédération Française de Gymnastique Volontaire - Agrément CAF - Agrément rectorat de la Martinique



FIT N' DANCE FWI - association loi 1901
SIRET : 801-403-486 00013

TES ACTIVITÉS DANS TON QUARTIER

CHATEAUBOEUF - ZAC 1 PARC URBAIN

MARDI	08h30 - 10h00	Randonnée thématique	Ados - Adultes - Seniors actifs
	10h00 - 11h00	Activités physiques adaptées	Seniors actifs - Retraités - Adultes
	11h00 - 11h45	Total Body Sculpt	Ados - Adultes - Seniors actifs
	17h00 - 18h00	Acti'March	Tout public
	18h00 - 19h00	Coaching	Tout public
JEUDI	17h00 - 18h00	Acti'march	Tout public

MORNE COCO - MAISON POUR TOUS

JEUDI	08h30 - 10h00	Randonnée thématique	Ados - Adultes - Seniors actifs
	10h00 - 11h00	Activités physiques adaptées	Seniors actifs - Retraités - Adultes
	11h00 - 11h45	Cross Training HIIT	Ados - Adultes
	17h00 - 18h00	Hip Hop	Enfant 6-14 ans
	17h00 - 18h00	Yoga enfants / parents	Enfant 6-12 ans

HAUT DU PORT - MAISON POUR TOUS

LUNDI	08h30 - 10h00	Randonnée thématique	Ados - Adultes - Seniors actifs
	10h00 - 11h00	Activités physiques adaptées	Seniors actifs - Retraités - Adultes
	11h00 - 11h45	Total Body Sculpt	Ados - Adultes - Seniors actifs
MARDI	19h00 - 20h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs
	19h00 - 20h00	Hip Hop	Enfant 6-14 ans
MERCREDI	13h00 - 14h00	Eveil motricité + parentalité	Enfant à partir de 5 ans
	14h00-16h00	Multisports	Enfant 6-12 ans
VENDREDI	17h00-18h00	Acti'March	Tout public
	18h30-19h30	Cardio Afro / Afrokaribean	Ados - Adultes
	19h30-20h15	Cross Training HIIT	Ados - Adultes

MORNE CALEBASSE - ÉCOLE PRIMAIRE

LUNDI	16h00 - 18h00	Multisports	Enfant 6-12 ans
	18h00 - 19h00	Total Body Sculpt	Ados - Adultes - Seniors actifs
JEUDI	16h00 - 18h00	Multisports	Enfant 6-12 ans
	18h00 - 19h00	Total Body Sculpt	Ados - Adultes - Seniors actifs

DILLON - ESPACE ZARÉ

LUNDI	08h30 - 10h00	Pilate - Stretching	Ados - Adultes - Seniors actifs
	10h00 - 11h00	Activités physiques adaptées	Seniors actifs - Retraités - Adultes
	11h00 - 12h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs
	12h00 - 13h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs
VENDREDI	08h30 - 10h00	Pilate - Stretching	Ados - Adultes - Seniors actifs
	10h00 - 11h00	Activités physiques adaptées	Seniors actifs - Retraités - Adultes
	11h00 - 12h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs
	12h00 - 13h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs

DILLON - PLATEAU TECHNIQUE

LUNDI	17h00 - 18h00	Acti'March	Tout public
	18h00 - 19h00	Pilates	Ados - Adultes - Seniors actifs
	19h00 - 20h00	Cross training	Ados - Adultes
MERCREDI	15h00 - 16h00	Yoga Enfants - Parents	Enfant à partir de 5 ans
	16h00 - 17h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs
	17h00 - 18h00	Pilates	Ados - Adultes - Seniors actifs
	18h00 - 19h00	AfroKaribean	Ados - Adultes
VENDREDI	19h30 - 21h00	Yoga	Ados - Adultes - Seniors actifs

RIVIÈRE L'OR

MARDI	18h30 - 20h00	Total Body Sculpt	Ados - Adultes - Seniors actifs
JEUDI	18h30 - 20h00	Total Body Sculpt	Ados - Adultes - Seniors actifs