

AU SOMMAIRE

Du côté des sections

- Section MUSIQUE - Châtillon : **Inscription à la jam avant le 31 Mai** Page 1
- Section FITNESS - Palaiseau : quelques places disponibles Page 2

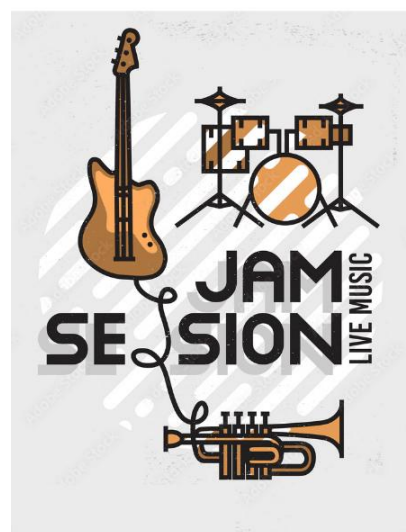
Du côté de la billetterie

- CERCLES DE LA FORME : Nouveau prix annuel en baisse Page 3

Section MUSIQUE - Châtillon

La fête de la musique de Châtillon, organisée conjointement par le CSE et l'ASCO Musique, avec le soutien de la Direction du Centre, se tiendra le **jeudi 18 juin**.

A cette occasion, une **jam / scène ouverte** vous est proposée. Elle sera introduite par un petit concert du groupe ASCO jazz fusion Blackbird (Bertrand, Cédric, Etienne, Jenny, Tristan et Thibaut).



Vous pouvez participer seul(e), en groupe, ou accompagné(e) des membres de Blackbird. La jam est ouverte à tous les styles de musique ! Rock, Pop, Reggae, Classique, etc. ! Pour cela, **merci de vous inscrire auprès de l'ASCO Musique (asco.musique@gmail.com) avant le 31 mai**, en indiquant votre instrument/voix, le ou les morceaux ou style de musique que vous souhaitez interpréter, l'accompagnement souhaité.

L'ASCO Musique vous contactera ensuite pour organiser au mieux votre intervention. Pas de stress, juste le plaisir de la musique partagée ! On vous espère nombreux à vous inscrire.

Save the date : la fête de la musique à **Meudon** aura lieu le **mardi 23 juin** ! Programme en cours de définition, on vous tiendra au courant !

Section FITNESS - Palaiseau

Bouger, respirer, progresser.

En musique • En groupe
• À votre rythme



Quelques places
disponibles
Rejoignez-nous !



CARDIO

Améliore ton
endurance



RENFORCEMENT

Tonifie & renforce
ton corps



COORDINATION

Bouge mieux,
bouge juste



EN MUSIQUE

Plus d'énergie,
plus de plaisir



QUAND ?

Tous les
mardis midi
12h00 - 13h00



OÙ ?

ONERA Palaiseau
Salle Marcel Pierre



ESSAI POSSIBLE

Venez tester
une séance !



AMBIANCE CONVIVIALE

Sans compétition,
chacun progresse
à son rythme.



BIEN-ÊTRE & PROGRESSION

Activité orientée sport-santé
pour votre équilibre
au quotidien.

Contacts : francois.harly@onera.fr - christophe.carles@onera.fr

Les Cercles de la Forme – Nouveau prix à la baisse

Nouveau prix pour la contremarque annuelle achetée par l'ASCO : **350€** au lieu de 390€.

A savoir que le prix public en entrée de salle pour 1 an est aux alentours de 600 €, éventuellement 490€ en bénéficiant des diverses promotions. Gagnez encore 140 € en prenant votre contremarque via le [bureau ASCO](#) !

Renseignements auprès du commercial : fabrice.zennaro@lescerclesdelaforme.com

95 ACTIVITÉS

3000 COURS / SEMAINE

7 JOURS / 7

FORMULE CERCLE 1 AN

Contremarque valable pour un abonnement Cercle 1 an, ni reprise, ni échangée



Pack Boost

2 séances de coaching offerte

29

Clubs

En région parisienne

95

activités

3000

cours / sem



Parrainage

1 période offerte / filleul



Pause vacances

30 jours de suspension/an



Carte duo

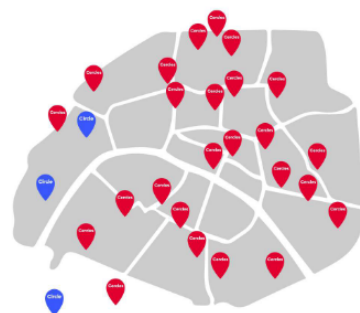
Tous les vendredis, samedis et jours fériés



Cours collectifs

Hors Aqua Fitness et Reformer Pilates

LE PLUS GRAND RÉSEAU DE SALLE DE SPORT A PARIS



<https://www.circleclub.fr>
<https://www.cerclesdelaforme.com>

Billetterie → Prendre contact avec le [bureau ASCO](#)

ESCALADE

Tickets à prix subventionnés dans les salles de blocs et de voies :

- ARKOSE (9 € au lieu de 16 €)
- CLIMB UP (11,40 € au lieu de 17 €)



PISCINE LA VAGUE - PALAISEAU

Tickets pour la piscine "La Vague" aux tarifs CSE :

- 46,72 € - 12 entrées "aquatique" (soit env. -25 %)
- 108,57 € - 12 entrées "aquatique" et espace bien être (soit env. -25 %)
- 648,50 € pass annuel (délai 1 semaine, règlement en 3x possible)



TRAINING MUSCULATION

Abonnements annuels pour les salles **LES CERCLES DE LA FORME** sont disponibles au secrétariat.

- 350 € annuel - règlement en 3x possible
- 3 mois offerts (12 + 3 = 15 mois)

