

# OCTOBRE 2024 à l'Étincelle



## **SAMEDI 5 OCTOBRE : BRING A FRIEND'S DAY**

Vous êtes membre de l'Étincelle et vous voulez faire découvrir votre salle à un proche ? Vous pouvez ! Faites venir gratuitement un ami dans notre salle ! Inscription à l'accueil.

## **VENDREDI 11 OCTOBRE : TOURNOI FOOT5 DES ENTREPRISES**

Constituez votre équipe de collaborateurs et venez vous confronter à des entreprises locales dans une ambiance conviviale ! Profitez d'un buffet et partagez un verre entre collègues... Rendez-vous à l'Étincelle pour un tournoi Foot5 spécial entreprises ! Inscription sur weezevent.

## **DU 7 AU 13 OCTOBRE : SEMAINE PINK OCTOBRE ROSE**

Une semaine placée sous le signe d'Octobre Rose. A cette occasion le mardi 8/10, l'ensemble des cours seront gratuits pour TOUTES les femmes. Réservation sur Weezevent. Dress Code ROSE pour la semaine !

## **DIMANCHE 13 OCTOBRE 9h00-13h00 : ATELIER DECOUVERTE "Méthode WIM HOF"**

Explorer les pouvoirs extraordinaires de la respiration, du froid et de votre esprit ! Avec Laetitia Bléger et Nicolas Casagrande  
Inscription sur Weezevent avant le 10/10.

Tarif 150,00 €/personne

## **MARDI 15 OCTOBRE : PETIT DÉJEUNER OFFERT**

Venez partager un petit déjeuner avec la team Étincelle !

Rdv au bar

## **DU LUNDI 21 AU VENDREDI 25 OCTOBRE : STAGES ENFANTS**

Escalade, natation, multisport...pour des vacances fun et sportives ! Infos à l'accueil.

## **MERCREDI 23 OCTOBRE : MOOVE YOUR BODY XXL**

Mix chorégraphié accessible à tous. Au programme danse, step, de quoi vous dépenser en brûlant un max de calories !  
Inscription sur Mywellness, ouvert aux non-adhérents.

## **JEUDI 31 OCTOBRE : HORROFIT**

Laissez vous surprendre à l'occasion d'Halloween à l'Étincelle pour une soirée horrifiante...nous vous attendons déguisés !

