



**FITNESS
NEWS**

**20
24**

**MOISSY
FITNESS**



Cher.es Adhérent.es

2024 est l'année du sport !

Cet été, Paris accueille les Jeux Olympique, événement sportif par excellence ; et nous comptons bien surfer sur cette vague pour garder la motivation et atteindre nos objectifs sportifs ! Tous ensemble, réunissons nous autour des belles valeurs véhiculées par les JO et faisons de cette nouvelle année une expérience inoubliable !

Nous espérons que vous avez profité comme il se doit des vacances et des fêtes, que vous êtes reboostés à bloc et prêts à ouvrir une nouvelle page en 2024 : pour cela, nous vous avons concocté une convention de fitness qui nous l'espérons saura dynamiser cette rentrée, nous réchauffer et nous permettre d'éliminer toutes les raclettes de l'hiver !

Pour vous inscrire à la convention, rendez-vous sur notre site www.moissyfitness.com, vous y trouverez une page consacrée et pourrez même acheter vos billets directement par carte bancaire !

L'ensemble du bureau vous souhaite ses meilleurs vœux pour cette nouvelle année 2024 !

Retour sur la soirée de Noël et la tombola.

Merci à toutes et à tous pour cette belle soirée que nous avons passée en
votre compagnie !



Bravo à tous les gagnants de la tombola !

Dates Importantes

LUNDI 08 JANVIER :

- Reprise des cours ! Après les fêtes, il est temps d'éliminer les excès !

DIMANCHE 21 JANVIER :

Convention Moissy Fitness ! Venez nombreux participer à cet événement sportif organisé spécialement pour vous !



CONVENTION SPORTIVE

Andrés

MOISSY FITNESS

Ouvert à tous !
Viens t'entraîner avec nous !

PROGRAMME

Step intermédiaire en duo
10h - 10h50 avec Fei et Andrés

Cardio-Boxe
11h - 11h50 avec Vincent

Zumba
12h - 12h50 avec Catherine

After-workout
à partir de 13h - apéritif convivial

LIEU

Salle de danse A de Lugny
178 rue des Marronniers
77550 Moissy-Cramayel

TARIFS :

5€ le cours
12€ les 3 cours

 contact@moissyfitness.com
06 14 31 85 09

 @moissyfitness

 @moissyfitness

Inscriptions en ligne sur
www.moissyfitness.com

DIMANCHE
21 JANVIER

À LA LUEUR DE L'ÂME

Marjorie Gougeon

Rien de plus magique que la poésie d'un cœur qui, malgré sa blessure, souhaite s'exprimer. c'est ce qu'on appelle de l'art.

Marjorie Gougeon, notre entrepreneuse du mois de janvier, partage avec nous son premier livre "A la lueur de l'âme" pour qu'on découvre la voix, sa voix matérialisée avec de l'encre imprimée sur du papier.



entrepreneuriat

Un recueil de textes qui nous rapprochent d'un des instincts les plus profonds en nous, du noir et du sombre qui racontent un moment précieux de sa vie.

"Mi-fantôme mi-sylphide, je déambule dans les couleurs sombres de l'existence de ces maudites créatures terrestres qui ne m'inspirent que pitié et mépris. Aussi insipides qu'elles soient à se jauger et s'envier entre elles. Ces piètres âmes ne sont que les pâles reflets d'elles-mêmes."

- Marjorie

- Des textes qui laissent à nue la blessure d'une âme, un moment important dans sa vie qui marque la différence dans son chemin pour mettre de l'or dans ses fêlures et se reconstruire autrement (kintsugi au japon). Voilà un
- exemple de comment transformer un moment sombre dans l'art.



N'hésitez pas à vous laisser vous emporter par les textes de notre adhérente Marjorie qui se dévoile à nous dans un moment difficile de sa vie au travers de la transparence de ses écrits.

"En chaque épreuve, dans toutes les colères, il y a toujours une étoile qui scintille". - Marjorie

Vous pouvez trouver « À la lueur de l'âme » à la FNAC, chez Cultura, à la Librairie Cufay, sur Amazon ou tout simplement contacter Marjorie :

mgie68@hotmail.com
ou par sms uniquement au 07 77 00 36 98.



HAPPY
NEW YEAR!

20
24