



Le **Taïso** arrive à Poissy

Des séances adaptées à tout public
Au programme : Renforcement musculaire, Circuit
training, Hit Training, Cross training...

Séances d'essai à partir du 7 Septembre

- Taïso sportif : Lundi, Mercredi, Vendredi de 19h à 19h45 ;
Gymnase Marcel Cerdan Poissy
- Taïso sport santé : Samedi de 14h à 15h et de 15h à 16h
- Taïso Gym douce : Lundi et Jeudi de 11h30 à 12h30
Gymnase Patrick Caglione Poissy



[Judo Ju-jitsu Club de Poissy](#)



[@judojujitsuipoissy](#)