
(<https://ville-cachan.fr/annuaire-des-associations/fit4you/>)

Fitness - Bien-être

Président(e) : N'DIAYE M'bar

Adresse : 4, allée Ronsard, 94230 Cachan

Téléphone : 06 35 59 37 23

Courriel : mb.ndiaye@hotmail.fr

Fit4You propose des séances de workout et d'urban training à Cachan, accessibles à tous les niveaux. Au programme : renforcement musculaire, cardio, street workout et body attack, dans une ambiance conviviale et motivante. Chaque séance vise à développer forme, bien-être et cohésion, avec une séance découverte offerte.

- Lundi : 19h-20h30
- Mercredi : 17h30-18h30