



Inscrivez-vous pour
découvrir une soirée type
Body & Mind !



BODY & MIND

S'ANCRER, S'ELEVER, S'EMERVEILLER

Pour qui ?

Pour toutes les femmes, quelque soit leur
état de vie. entre **25 et 40 ans**

Quand ?

Chaque lundi de **19h30 à 22h15**

Abonnement :

Engagement fixe à l'année.
300€ payables en 1 ou 3 fois avant
décembre
Possibilité de faire deux soirées d'essai à
10€ la séance

Le concept :

- 1h de sport par un professeur certifié
(cardio, renforcement musculaire,
pilates, gainage)
- Collation
- Conférence
- Temps de fraternité
- Prière

Contact :

Inscription obligatoire pour les
séances d'essai via le QR code 😊
Si vous avez des questions, envoyez
un mail à
bodyandmind@latriniteparis.com

Séances d'essai :

lundi 21 et 28 septembre 2026

📍 **Crypte de la Trinité - Accès par l'arrière de l'église (Paris 9^e)**