



**ASSUSIM CROSS-TRAINING**

# **LEVEL UP YOUR TRAINING ROUTINE**

**ENTRAINEMENTS COMPETITEURS**  
**Tous les JEUDIS 14h-16h en salle Muscu (DAPS)**

**PREPARATION COMPETITIONS FFSU**  
**Force Athlétique / Haltéro / FIT'U**

**Contact: [julien.miniou@sorbonne-universite.fr](mailto:julien.miniou@sorbonne-universite.fr)**