



Still Raid'Y

NEWSLETTER n°2
12/2019-01/2020

MEILLEURS VŒUX 2020



Nous vous souhaitons une année en pleine forme, remplie de rêve, d'enthousiasme, de petits bonheurs, Et de vivre chaque moment avec passion...

Merci de nous soutenir et nous pousser comme vous le faites ...

Qui dit Nouvelle Année dit Bonnes résolutions !!

Quelles sont les vôtres ?

Vous retrouverez dans cette newsletter,

une **pensée positive** pour garder le moral,

une **recette healthy** pour éliminer les excès,

et dans la continuité du calendrier de l'avent sportif nous proposons

une offre avec OnAirEvry2.

(réservée aux Sofidiens : n'hésitez à nous solliciter pour plus d'information)



100 % FEMININ



100 % NATURE



100 % SOLIDAIRE



100 % AVENTURE



PENSEE POSITIVE

LA DISTANCE
ENTRE VOUS
ET VOS REVES
SE NOMME
L'ACTION

LA RECETTE HEALTHY



Ingrédients pour 1 :

80g Pâtes complètes

150g Saumon en dés

50ml lait de coco

Citron ,Sel, Ail

Poivre généreusement

Épinards frais

Tomates cerises

Cuire le saumon dans avec un peu d'huile de coco,

Ajouter le sel, le poivre, l'ail; les épinards et les tomates,

Arroser de lait de coco et de jus de citron,

Cuire les pâtes,

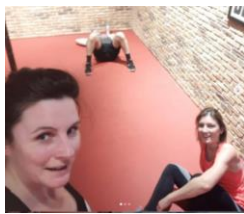
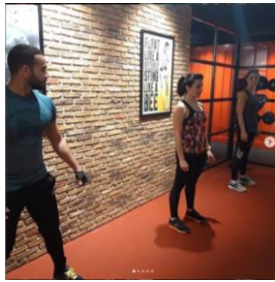
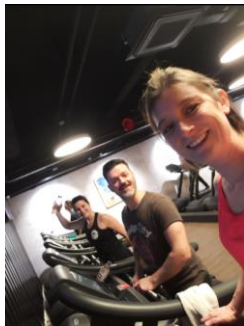
Mélanger le tout.

Régalez-vous

SUIVEZ-NOUS SUR



DESTINATION (TOUJOURS) INCONNUE



Gros succès pour Notre calendrier de l'Avent sportif

C'était Top.. Vous avez tous été supers... Nous avons adoré partager ces moments de sport et de rigolade avec vous

Le Run&Bike de Sénart

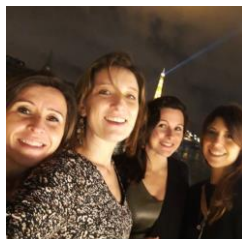
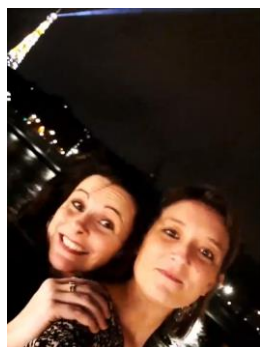
Le principe est d'alterner course à pied et VTT. L'équipe ne disposant que d'un seul vélo.

C'était notre 1^{er} et nous n'avons pas été gâtées par la météo... Pluies et boue étaient au Rdv..

Soirée ZBO sur les bateaux mouches



Nous nous sommes beaucoup amusées. Nous y avons rencontré Alexandre Debanne et son équipe. Et ce fut l'occasion d'échanger avec des amazones confirmées ou non. Nous avons découvert le film de la 19^{ème} édition qui nous a mis des étoiles pleins les yeux.



Le Trail sur la Piste du Père Noel de Bures sur Yvette



13km et 538m de dénivelé, et encore beaucoup de boue... C'était pas facile mais nous sommes allées jusqu'au bout...

Nous avons nos supporters : Merci à Sylvie, Tidiane et au Père Noel.

ON AIR
ORIGINAL FITNESS

ON AIR EVRY 1000M² DE FITNESS ET DE SPORT



**CARDIO
TRAINING**



MUSCULATION



BOXING



**CROSS
TRAINING**

OFFRE SPÉCIALE

RÉSERVÉE AUX EMPLOYÉS

DE *Sofidy*

ON AIR EVRY
14 PLACE DES TERRASSES DE L'AGORA
SEMAINE: 08H-22H - WEEK-END: 8H-20H
01 60 77 00 67

19.95€ /MOIS*

LES 6 PREMIERS MOIS
PUIS 29.95€/MOIS

SANS ENGAGEMENT ANNUEL

**VALABLE POUR
DEUX PERSONNES**

ACCÈS NATIONAL ILLIMITÉ

*Hors frais d'installation de 49,95€ et hors 0,95€/an pour le renouvellement du matériel. Abonnement sans engagement annuel avec période de 2 mois. Abonnement valable accès aux activités en libre-service. Sous présentation d'une carte professionnelle ou d'une lettre de paie.