

Cette année, le CA Pontarlier vous propose une nouvelle activité ouverte à toutes et tous : le **HandFit** !

Les séances auront lieu le **samedi matin de 11h30 à 12h30** au gymnase du Larmont et seront encadrée par Fred.

Une 1ère séance de découverte gratuite est prévue le samedi 23 septembre à 11h30 au Larmont !

Le prix de la cotisation est de **100€ pour la saison**.

Vous trouverez plus d'informations sur le handFit ici :

- [Présentation du HandFit \(PDF - 370Ko\)](#)
- ou en contactant Frédéric Dubost au 06.15.16.65.31

Venez nombreux pour découvrir cette nouvelle pratique !

The poster is for the C.A. Pontarlier Handball club's 'HandFit' activity. It features the club's logo at the top left and a handball player in action at the top right. The text 'C.A. PONTARLIER' and 'HANDBALL' is prominent. Below this, it says 'Nouveauté 2017' and 'HAND-FIT'. A central image shows a person holding a handball. Text on the poster includes 'Le samedi de 11h30 à 12h30', 'Ouvert à toutes et tous !', '1ère séance gratuite : samedi 23 septembre à 11h30', and contact information: 'Plus d'infos : Frédéric DUBOST - 06 15 16 65 31 et www.caphandball.fr'. Logos for 'Doubs' and 'PONTARLIER' are at the bottom, along with 'GYMNASSE DU LARMONT' and the website 'Toutes les infos sur www.caphandball.fr'.