

The logo for TrappesTV, featuring the text 'TrappesTV' in a white, stylized font with a leaf-like graphic above the 'T's, set against a teal background.

**Faites du sport  
à la  
maison**



## **Rendez-vous sur Zoom pour garder la forme avec la Ville de Trappes !**

Les règles sanitaires empêchent le bon déroulement en présentiel des activités sportives proposées par les services de la Ville de Trappes ? Qu'à cela ne tienne ! Nous vous proposons de faire du sport chez vous, encadré à distance par les éducateurs sportifs de la Ville.

A partir du jeudi 4 février, plusieurs rendez-vous sont prévus via la plateforme en ligne Zoom.

Pour participer, rien de plus simple ! Mettez-vous en tenue, prévoyez une bouteille d'eau à proximité et **connectez-vous 5 minutes avant le début** sur la plateforme en cliquant sur le lien ci-dessous.

**Le lundi :**

Séance de 18h à 18h45 (Fitness adulte) --> [Cliquez sur ici pour vous connecter à Zoom](#)

## **Le mardi :**

Séance de 18h à 18h45 (Sport parents - enfants) --> [Cliquez sur ici pour vous connecter à Zoom](#)

Séance de 19h à 19h45 (Fitness adulte) --> [Cliquez sur ici pour vous connecter à Zoom](#)

## **Le jeudi :**

Séance de 18h à 18h45 (Sport parents - enfants) --> [Cliquez sur ici pour vous connecter à Zoom](#)

Séance de 19h à 19h45 (Fitness adulte) --> [Cliquez sur ici pour vous connecter à Zoom](#)

Pour patienter avant votre séance, entraînez-vous grâce aux vidéos de TrappesTV votre chaine Youtube 100% Trappistes :

Mise à jour  
03/02/2021

[PDF](#)



- [Facebook share](#)
- [Twitter](#)