

Standard Training

66 € PAR MOIS SANS ENGAGEMENT



Accès illimité :

- Cours collectifs Les Mills •
- Cardio training • Musculation •
- Espace abdos stretch • Sauna
- Piscine • Jardin solarium •
- Aquagym •

Small Group Training

À PARTIR DE 8 € PAR SÉANCE



SUR RENDEZ VOUS UNIQUEMENT :

séances de Coaching en petit groupe de 2 à 6 personnes maximum

Power Plate

À PARTIR DE 25 € PAR SÉANCE



SUR RENDEZ VOUS UNIQUEMENT

:entraînement musculaire sans effort par accélération, à partir d'un plateau vibrant.

Personal Training

À PARTIR DE 45 € PAR SÉANCE



SUR RENDEZ VOUS UNIQUEMENT:

Plan d'action personnalisé et privé avec un Personal Trainer.

Aquabike

À PARTIR DE 11 € PAR SÉANCE



AVEC RÉSERVATION :

L'AQUABIKE ou pédaler dans l'eau ! En solo ou en petit groupe, on s'installe sur un vélo immergé dans une piscine. Accessible à tous sans aucune contre indications.

Squash

à partir de 5 € PAR SÉANCE /personne

AVEC RÉSERVATION :

Challenge physique pour se vider la tête entre copains. Vous entraine pour une meilleure condition cardiaque pour vivre mieux et en pleine forme.

Zumba

À PARTIR DE 8 € PAR SESSION



AVEC RÉSERVATION :

Programme d'entraînement physique combinant des éléments d'aérobic et de danse.

Diététique

À PARTIR DE 45 € PAR RDV

SUR RENDEZ VOUS UNIQUEMENT:

Plan d'action personnalisé et privé avec un Diététicien diplômé

Natation

Tarifs sur demande au 05 62 16 35 65

SUR RENDEZ VOUS UNIQUEMENT

Avec un MNS Diplômé