



CARDIO MUSCULATION

Plateau Cardio : plateau cardio-training complet composé de 9 postes. Vélos, rameurs, tapis de course, elliptique...

Plateau Muscu : plateau musculation complet composé de 15 postes en charges libres et guidées, mais aussi du matériel de travail en poids de corps.

16 ans et +	Présence encadrement	Accès libre
Lundi	11h30-13h30 et 16h30-18h30	
Mardi	11h30-13h30, 16h30-18h15, 19h-20h (Fermeture à 20h30)	11h30-14h00 16h30-21h30
Mercredi	11h30-13h30, 16h-17h, 18h-19h	
Jeudi	11h30-12h30 et 16h30-18h15	
Samedi		10h00-12h30

Tarifs 16 ans et +

245€ l'année
de septembre à juin

Assurance et frais de
dossier non compris

A l'unité : 10 €

Certificat médical obligatoire

