

# Salle 1

Lun

Mar

Mer

Jeu

Ven

Sam

9h15

CARDIO  
SCULPT

BODY  
TONIC

CAF

INTERVAL  
TRAINING

CAF

BODY  
SCULPT

10h15

PILATES

ABDOS  
STRETCH

TAILLE  
POSTURE

PILATES

BODY  
TONIC

STRETCH

12h15

PILATES

BODY  
TONIC

INTERVAL  
TRAINING

PILATES

CARDIO  
STRETCH

17h30

BODY  
TONIC

INTERVAL  
TRAINING FIT

BODY  
TONIC

POWER  
BARRE

CAF  
RENFO

18h30

STEP

CAF

HIIT

BODY TONIC

PILATES  
STRETCH

19h30

ZUMBA

PILATES

STRETCH

# Salle 2

9h15

TAILLE  
POSTURE

10h15

INTERVAL  
TRAINING

12h15

INTERVAL  
TRAINING

18h30

BIKING

X TRAINING

BIKING

X TRAINING

19h30

BIKING

# Coach

Steph

Chris

Flo

## TARIFS

### ABONNEMENTS SIMPLYFIT

1 semaine	25€
1 MOIS	58€/mois
3 MOIS	52€/mois
6 MOIS	45€/mois
1 AN	37€/mois

### FITNESS

CARNET x10 tickets	49€
CARNET x20 tickets	90€
ALL INCLUSIVE (Muscu + Fitness + cardio)	
CARNET x10 tickets	67€

### SÉANCE

1 entrée	10€
1 cours collectif	6€

**RÉDUCTION ÉTUDIANTS,  
SENIORS(+60ans),  
HORAIRES 12H-16H**

**ABONNEMENT SIMPLYFIT+TOALEMENT ZEN**  
**ABONNEMENT FITNESS ADOS**

Plus de renseignements disponibles  
à l'accueil de votre salle