

# Salle 1

	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
09h15 10h10	TAILLE POSTURE	BODY TONIC	CAF	INTERVAL TRAINING	CAF	BODY SCULPT
10h15 11h10	PILATES	CAF	TAILLE POSTURE	PILATES	BODY TONIC	STRETCH MOBILITE
12h15 13h10	PILATES	BODY TONIC		PILATES	CAF	
17h30 18h25	BODY TONIC	INTERVAL TRAINING	BODY TONIC	POWER BARRE	CAF RENFO	
18h30 19h25	STEP SENSATION	CAF	HIIT	CAF	STRETCH MOBILITE	
19h30 20h25	ZUMBA DANCE		PILATES	ABDOS STRETCH		

# Salle 2

09h15 10h10	CARDIO SCULPT	BIKING				
10h15 11h10		ABDOS STRETCH				
12h15 13h10	INTERVAL TRAINING		INTERVAL TRAINING			
18h30 19h25	BIKING	X TRAINING	BIKING	X TRAINING		
19h30 20h25		BIKING XTREM				

# Coach

Steph

Chris

Flo

Sylvie

## TARIFS SIMPLYFIT

### ABONNEMENTS

1 Semaine	25€
1 MOIS	56€/mois
3 MOIS	50€/mois
6 MOIS	43€/mois
1 AN	35€/mois

### FITNESS

CARNET X10 tickets	47€
CARNET X20 tickets	88€
ALL INCLUSIVE (Muscultation, fitness, cardio)	
CARNET X10 tickets	65€

### TICKET

1 entrée	10€
1 cours collectif	6€

### Simplyfit + Totalement Zen :

1 mois 96€ 3 mois 85€/mois 6 mois 73€/mois 1an 55€/mois

REDUCTION ETUDIANTS, SENIORS (+60ANS ), HORAIRES 12H - 16H

## TARIFS CLUB FITNESS ENFANTS/ADOS

### Tarif Fitness Enfants / Cross Training / Club Muscu Ados :

1 cours/semaine 130€ {de début septembre à fin juin hors vacances scolaires}

2 cours/semaine 225€ {de début septembre à fin juin hors vacances scolaires}

tarifs vêtements en attente

# ENFANTS / ADOS

Mer

13h-17H  
(SESSION DE  
1H)  
CLUB MUSCU  
A PARTIR  
DE 15 ANS

15H00  
FITNESS  
ADO  
10-15 ANS

16H00  
CROSS  
TRAINING  
10-15 ANS

Ven

13h-17H  
(SESSION DE  
1H)  
CLUB MUSCU  
A PARTIR  
DE 15 ANS

17H30  
CROSS  
TRAINING  
10-15 ANS