














## Planning des Cours

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
PILATES 9h00/09h45	FLOW MOBILITE SMALL GROUP 9h45/10h30		FLOW MOBILITE SMALL GROUP 9h45/10h30	GLOBAL TRAINING SMALL GROUP 9h00/9h45	FLOW MOBILITE SMALL GROUP 9h45/10h30
FLOW MOBILITE SMALL GROUP 9h45/10h30					GLOBAL TRAINING SMALL GROUP 10h30/11h15
	GLOBAL TRAINING SMALL GROUP 12h15/13h00		BOOTY BUILDER 18h00/18h30		NORDIC WALKING SMALL GROUP 8h00/10h30
			KNOCKOUT/CROSS 18h30/19h15		
	PILATES FLOW+ 18h15/19h00		PILATES 19h15/20h00		
	CARDIO TRAINING PILOXING 19h00/19h45		GLOBAL TRAINING 20h15/21h00		
	PILATES FLOW 19h45/20h30		POLE DANCE 20h15/21h45		

Cours sur réservation, donnés à partir de 4 participants pour les cours collectifs, et 2 participants pour les Smalls Groups.



= COACHING INDIVIDUEL SUR RESERVATION



## Tarifs 2023/2024

FORMULES	COURS COLLECTIFS	SMALL GROUP	POLE DANCE
	10 PERS	2/4 PERS	10 PERS
10 SEANCES COURS CO Validité 3 mois	100€	180€	250€
20 SEANCES COURS CO Validité 3 mois	190€	260€	
30 SEANCES COURS CO Validité 3 mois	250€	320€	
OFFRE ESTIVALE COURS ILLIMITES (sauf pole dance) Du 15/05 au 15/07	Cours collectifs illimités	Smalls groups illimités	= 290€
COACHING INDIVIDUEL*  *Réduction d'impôts 50%	57€* Séance unique (1h)  -25% OFFRE COUPLE		

<b>**DECOUVERTE**</b>	
OFFRE DECOUVERTE 3 COURS HEBDO (sauf pole dance)	30€

COURS CO UNITE (Cours 45 min)	15€
Small Group UNITE (Cours 45 min)	20€
COURS CO POLE UNITE (Cours 1h30)	28€
COURS INDIVIDUEL POLE UNITE (Cours 1h30)	80€