

PLANNING

STUDIO 3 TRAINING

2023/2024

FITNESS CENTER LE MUY

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
TRAINING	SALLES	TRAINING	SALLES	TRAINING	SALLES	TRAINING	SALLES	TRAINING	SALLES	TRAINING SALLES
10H - 11H GYM ACTIVE JÉROME ■			10H - 11H PILATES JÉROME ■	10H - 11H CIRCUIT FORME SANTE CHRISTELLE ■■					10H - 11H POWER YOGA SOPHIE ■■	10H - 11H PILATES JÉROME ■
				11h - 20h ACCES LIBRE						11H - 12H CIRCUIT TRAINING JÉROME ■■
	12H15 - 13H PILATES JÉROME ■		12H30 - 13H30 PILATES SOPHIE ■■				12H30 - 13H30 PILATES SOPHIE ■	12H30 - 13H15 CIRCUIT TRAINING JÉROME ■■		
17H15 - 18H00 HIIT JÉROME ■■■		17H15 - 18H15 CIRCUIT TRAINING JÉROME ■■				17H15 - 18H15 CIRCUIT TRAINING ESTHER ■■		17H15 - 18H15 KIDS FIT JÉROME		
18H - 19H CIRCUIT TRAINING JÉROME ■■	18H15 - 19H15 STRETCHING CHRISTELLE ■	18H15 - 19H00 HIIT JÉROME ■■■			18H15 - 19H00 HIIT BODY TRAINING JÉROME ■■■	18H15 - 19H15 CIRCUIT TRAINING JÉROME ■■	18H15 - 19H15 PILATES FIT ESTHER ■■	18h15 - 19H15 TEENS FIT JÉROME	18H15 - 19H15 POWER YOGA SOPHIE ■■	
		19H - 20H ACCES LIBRE	19H - 20H PILATES JÉROME ■		19H - 20H PILATES JÉROME ■■	19H15 - 20H15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE JÉROME ■■	19h30 - 20H30 HAPPY DANCE SALLE 1 ESTHER ■■	19H30 - 20H30 CROSS TRAINING JÉROME ■■■	19H30 - 20H30 CARDIO BOXE KICKBOXING NICO ■■	
		20H - 21H CROSS TRAINING JÉROME ■■■			20H15 - 21H15 CARDIO BOXE KICKBOXING SALLE 3 - NICO ■■					

■ SOFT LEVEL ■ ■ INTERMEDIATE LEVEL ■ ■ ■ HIGH LEVEL

STUDIO 3 TRAINING

FITNESS CENTER LE MUY

TARIFS 2023 / 2024

Adhésion incluse

COURS	ANNÉE	TRIMESTRE
ACCÈS ESPACE CARDIO *aux heures de cours et accès libre	265 €	110 €
ACCÈS ESPACE CARDIO ET/OU UN COURS	325 €	130 €
ILLIMITÉ	385 €	150 €
KID'S (9/11)& TEEN'S (12/15) UN COURS	195 €	
CARTE 10 COURS	100 €	