

CLUB HALTEROPHILIE-MUSCULATION-FITNESS

HALLE DES SPORTS (entrée salles spécialisées), 26700 PIERRELATTE

Tél : **04.75.04.23.12**

E-mail : club-halterophilie-musculation-fitness.pierrelatte@hotmail.com

Site Internet : <http://halterophilie-musculation-fitness-pierrelatte.sportsregions.fr/>

PLANNING DES ACTIVITES : FITNESS (BOULODROME LYONNAIS, Rue Comtesse de Ségur)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI ou SAMEDI
				Accès libre
PILATES (Halle des sports) 12H15 - 13H00	YOGA (Halle des sports) 12H15 - 13H00		CIRCUIT TRAINING (Halle des sports) 12H15 - 13H00	Musculation & Cardio - Training 9H30-12H00 (selon abonnement)
INTEGRAL GYM 17H45 - 18H30		CIRCUIT TRAINING 17H45 - 18H30	PILATES 17H45 - 18H30	Musculation & Cardio - Training 9H30-20H00 (selon abonnement)
PILATES 18H30 - 19H15	STEP ou INTEGRAL GYM 18H15 - 19H15 (selon semaine)	YOGA 18H30 - 19H15	CARDIO BOXING 18H45 - 19H45	

(Le club se réserve le droit de modifier et/ou d'annuler certains cours en cas d'impératif en cours de saison)

Obligatoire à l'inscription :

- Un certificat médical mentionnant les activités choisies,
 - 2 photos,
 - fiche d'inscription dûment remplie
 - autorisation parentale pour les mineurs
 - le montant intégral de la cotisation
- (possibilité de règlement en plusieurs chèques)

Tarifs cours collectif de fitness (droits d'inscriptions inclus) :

Cours illimités :

- Abonnement 3 mois (1 trimestre) : 72€
- Abonnement 1 mois : 30€

Cours illimités + 1 séance salle musculation le vendredi ou le samedi matin (hors vacances scolaires) :

- Abonnement 3 mois (1 trimestre) : 92€
- Abonnement 1 mois : 35€

Inscription toute l'année

☺ **POWER PLATE** (voir modalités de fonctionnement au club).

CLUB HALTEROPHILIE-MUSCULATION-FITNESS

HALLE DES SPORTS (entrée salles spécialisées), 26700 PIERRELATTE

Tél : 04.75.04.23.12

E-mail : club-halterophilie-musculation-fitness.pierrelatte@hotmail.com

Site Internet : <http://halterophilie-musculation-fitness-pierrelatte.sportsregions.fr/>

PLANNING DES ACTIVITES : HALTEROPHILIE, MUSCULATION, CARDIO-TRAINING

HEURES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30	MUSCULATION 9H30 – 13H45 Non stop	MUSCULATION 9H30 – 20H00 Non stop	MUSCULATION 9H30 – 13H45 Non stop	MUSCULATION 9H30 – 20H00 Non stop	MUSCULATION 9H30 – 20H00 Non stop	MUSCULATION 9H30 – 12H00
12H00						
13H45						
18H15	HALTEROPHILIE 18H15 – 20H00		HALTEROPHILIE 18H15 – 20H00			
20H00						

Obligatoire à l'inscription :

- Un certificat médical mentionnant les activités choisies,
- 2 photos,
- fiche d'inscription dûment remplie avec autorisation parentale pour les mineurs,
- le montant intégral de la cotisation
(possibilité de règlement en plusieurs chèques)

Tarif haltérophilie :

- 95€ la saison compétiteurs (septembre / juin) + 25€ d'inscription
- 185€ la saison non compétiteurs (septembre / juin) + 25€ d'inscription

Tarifs musculation, cardio-training :

- 150€ le semestre + 25€ d'inscription
- 100€ le trimestre + 25€ d'inscription
- 35€ le mois + 25€ d'inscription

Tarifs musculation, cardio-training, cours collectifs de fitness :

- 185€ le semestre + 25€ d'inscription
- 125€ le trimestre + 25€ d'inscription
- 45€ le mois + 25€ d'inscription

Inscription toute l'année

😊 **POWER PLATE** (voir modalités de fonctionnement au club).