

**MJC
FITNESS ET GYM DE BIEN ETRE**

PILATES	Lundi	18h30/19h30
CHIBALL	Lundi	19h30/20h30
ENTRETIEN MUSCULAIRE(+Musculation)	Mardi	09h30/10h30
CHIBALL	Mardi	10h45/11h45
FELDENKRAIS	Jeudi	09h30/10h30
YOGA/STRETCHING	Jeudi	10h45/11h45
RELAXATION EN PLEINE CONSCIENCE	Vendredi	09h15/10h00
CARDIO/ABDOS/FESSIERS	Vendredi	18h30/19h30
YOGA/PILATES	Samedi	11h00/12h00

TARIFS 2023 /2024

ADHESION 15€

1 SEANCE / SEMAINE (au choix) 130€

2 SEANCES / SEMAINE (au choix) 180€

ILLIMITE 230€

Salle de remise en forme accessible pour chaque adhésion