

PLANNING FITNESS LES MILLS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
ESPACE CARDIO TRAINING 9h-20h	ESPACE CARDIO TRAINING 9h-20h	ESPACE CARDIO TRAINING 9h-20h	ESPACE CARDIO TRAINING 9h-20h	ESPACE CARDIO TRAINING 9h-20h	ESPACE CARDIO TRAINING 9h-19h	ESPACE CARDIO TRAINING 9h-19h

tōne 9h45-10h30	BODYSUPT 9h45-10h30	Pilates 9h45-10h45	CUISSES ABDOS FESSIERS 9h45-10h30	Marche Nordique 9h-10h30		
YOGA 10h30-11h30	LES MILLS BODYBALANCE 10h30-11h30	Body Ball 10h45-11h30	YOGA 10h30-11h30	STRETCHING 10h30-11h30	Pilates 11h-11h45	
					LES MILLS BODYPUMP 12h-12h45	
Circuit Training 12h45-13h30	CUISSES ABDOS FESSIERS 12h45-13h30	tōne 12h45-13h30	LES MILLS BODYPUMP 12h45-13h30	LES MILLS RPM 12h45-13h30		

YOGA 17h-18h	STRETCHING 17h-18h	PERMANENCE SALLE cardio training	Pilates 17h-18h	YOGA 17h-18h
LES MILLS BODYPUMP 18h15-19h	Pilates 18h-18h45		Circuit Training 18h15-19h	CUISSES ABDOS FESSIERS 18h15-19h
LES MILLS RPM 19h15-20h	LES MILLS BODYPUMP 19h-20h	STRETCHING 19h15-20h	LES MILLS RPM 19h15-20h	LES MILLS BODYBALANCE 19h-20h

PLANNING AQUA SPORT & DETENTE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h30	ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h30	ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h30	ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h30	ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h30	ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h30	ESPACE AQUA DETENTE 10h-12h

						AQUAFITNESS 12H15-13H
AQUABIKE 12H45-13H30	AQUATRaining 12H45-13H30	AQUABIKE 12H45-13H30	AQUAFITNESS 12H45-13H30	AQUABODY 12H45-13H30	AQUABIKE 12H45-13H30	

ESPACE AQUA DETENTE 15h-18h	ESPACE AQUA DETENTE 15h-19h	ESPACE AQUA DETENTE 15h-18h	ESPACE AQUA DETENTE 15h-19h	ESPACE AQUA DETENTE 15h-18h	ESPACE AQUA DETENTE 15h-19h	ESPACE AQUA DETENTE 14h-19h
AQUAFITNESS 18h15-19h		C.TRAINING 18h15-19h		AQUADANCE 18h15-19h		
AQUAPILATES 19h15-20h	AQUABOXING 19h15-20h	AQUAFITNESS 19h15-20h	AQUATRaining 19h15-20h	AQUABIKE 19h15-20h		

Short de bain interdit. Bonnet de bain, sandales de piscine & serviette de bain obligatoire pour l'accès à l'espace aqua détente.

Piscine ludique d'eau de mer chauffée à 31° avec parcours Actimer de 24 jets massants sous-marins, 12 vélos aquatiques, hammam, sauna, salle de cardio-training dernière génération, salle de repos.

Tarifs

ABONNEMENT ILLIMITE*	55€/mois		
ABONNEMENT LIBERTE COUPLE*	50€/MOIS		
ABONNEMENT 1 MOIS	144 €		
ABONNEMENT 3 MOIS	288 €	1/2 Journée Adulte	24 €
1 AN	589 €	Journée Adulte	36 €
1 SEMAINE	96 €	1/2 Journée Enfant	18 €
Carnet de 10 entrées	192 €	Journée Enfant	28 €

OUVERT 7J/7 Y COMPRIS LES JOURS FERIES

*Minimum 4 Mois d'engagement

Pour plus de renseignement, contacter votre club **FITNEO** Saint Jean de Monts au **02 51 59 18 18**

ou rendez-vous sur www.clubfitneo.com

*Planning sous réserve de modifications