



Contacts :

☎ 06 88 53 61 03

☎ 06 81 64 74 83 (après 19h00)

## Saison 2025-2026

**Lundi 19h00-20h00**

☀ **Cardio**  
avec Coralie  
Pour booster votre cœur et  
votre énergie !

**Mardi 9h00-10h00**

☀ **Pilates**  
avec Coralie  
Pour renforcer votre corps  
en douceur.

**Jeudi 14h30-15h30**

☀ **Gym Sénior avec Coralie**  
"Nouveau"  
Test 1 trimestre  
Travail basé sur la  
mémoire, l'équilibre,  
le travail au sol, renforcement  
musculaire doux, relaxation.

**Jeudi 15h30-16h30**

☀ **Pilates avec Coralie**  
"Nouveau"  
Test 1 trimestre  
Une nouvelle session pour  
votre bien-être.

**Jeudi 18h15-19h15**

☀ **Gym Santé**  
avec Cyrille  
Améliorez équilibre,  
souplesse et mobilité.  
Test  
1 trimestre

**Jeudi 19h30-20h30**

☀ **Renforcement Musculaire**  
avec Cyrille  
Pour tonifier votre corps.

Tarifs annuels (Septembre à Juin) :



1 séance : 100 €

2 séances : 105 €

3 séances et plus : 115 €

**Parrainage : 5 € offerts au parrain !**



**2 séances d'essai !**

**Salle des Fêtes 2 Rue Hubert Coste 21230 LACANCHE**