

RENFORCEMENT MUSCULAIRE + CARDIO

ABONNEMENT MENSUEL 29€

Abonnement engagement sur 12 mois.

ABONNEMENT MENSUEL 35€

Abonnement sans engagement.

ABONNEMENT ANNUEL 348€

Paielement en une fois.

29€/mois. Abonnement sans engagement.

ABONNEMENT MENSUEL ETUDIANT 16-21 ANS 19€

Abonnement sans engagement.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE + CARDIO + COURS COLLECTIFS

ABONNEMENT MENSUEL 40€

Abonnement engagement sur 12 mois.

ABONNEMENT MENSUEL 45€

Abonnement sans engagement.

ABONNEMENT ANNUEL 480€

Paielement en une fois.

40€/mois. Abonnement sans engagement.

ABONNEMENT MENSUEL ETUDIANT 16-21 ANS 25€

Abonnement sans engagement.

BOXE

ABONNEMENT ANNUEL ENFANTS 7-14 ANS 120€

Cours de boxe Pieds poings. Abonnement sans engagement.

ABONNEMENT ADULTES (à partir de 16 ans) 200€

Cours de boxe Pieds poings. Abonnement sans engagement.

**BOXE +RENFORCEMENT MUSCULAIRE
+ CARDIO À PARTIR DE 16 ANS 420€**

Cours de boxe Pieds poings. Abonnement sans engagement.

COURS COLLECTIFS

COURS D'ESSAI 10€

Remboursé en cas d'adhésion.

10 COURS COLLECTIFS 60€

BILAN SPORTIF INDIVIDUEL ET DIÉTÉTIQUE

**BILAN ET ENTRETIEN AVEC KINÉ
ET/OU DIÉTÉTICIENNE 49€**

HORAIRES OUVERTURE MUSCULATION ET CARDIO

DU LUNDI AU SAMEDI : 07H00 - 21H00

DIMANCHE : 07H00 - 12H00



34 AVENUE DE LA GARE
34240 LAMALOU-LES-BAINS
09 87 09 77 70
lasallesportsante.com

TARIFS ET PLANNING 2022

GAGNEZ EN FORME,
GAGNEZ EN SANTÉ !



PLANNING COURS COLLECTIFS

Cours sur réservation uniquement - Bouteille d'eau - Baskets propres - Serviette demandée.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
GYM DOUCE 9 h 30 - 10 h 30 ISABELLE	COURS PERSONNALISES 9 h 00 - 11 h 00 LAURIE	SOPHROGYM 9 h 30 - 10 h 30 ISABELLE	COURS PERSONNALISES 9 h 00 - 11 h 00 LAURIE	COURS PERSONNALISES 9 h 00 - 11 h 00 JEAN-CHRISTOPHE
RELAXATION 10 h 30 - 11 h 30 ISABELLE	SPORT SANTE 11 h 00 - 12 h 00 CARLOS	PILATES 10 h 30 - 11 h 30 ISABELLE	SPORT SANTE 11 h 00 - 12 h 00 CARLOS	SPORT SANTE 11 h 30 - 12 h 30 LOUISE
	CARDIO-BOXING 12 h 30 - 13 h 15 LAURIE		ABDOS EXPRESS 12 h 30 - 13 h 00 LAURIE	
SPORT SANTE 13 h 30 - 14 h 30 MICKAËL	STRETCHING 13 h 15 - 13 h 45 LAURIE		CROSS TRAINING 13 h 00 - 13 h 30 LAURIE	
	SPORT SANTE 14 h 00 - 15 h 00 PIERRE		SPORT SANTE 14 h 00 - 15 h 00 PIERRE	
BOXE ENFANTS 7/14 18 h 00 - 19 h 00 JEAN-CHRISTOPHE	BOXE ENFANTS 6/9 17 h 45 - 18 h 45 JEAN-CHRISTOPHE			BOXE ENFANTS 7/14 17 h 45 - 18 h 45 JEAN-CHRISTOPHE
CUISSES ABDOS FESSIERS 18 h 15 - 19 h 00 LAURIE	SUSPENSION TRAINING 18 h 10 - 19 h 00 OANA	ZUMBA 18 h 30 - 19 h 15 LOVENAH	DUO TRAINING 18 h 00 - 19 h 00 OANA	FULL BODY 18 h 30 - 19 h 30 LOVENAH
STRETCHING 19 h 00 - 19 h 30 ISABELLE	BOXE ADULTES 19 h 00 - 20 h 30 JEAN-CHRISTOPHE	STRONG NATION 19 h 20 - 20 h 05 LOVENAH	SWISS GYM BALL 19 h 00 - 20 h 00 OANA	BOXE ADULTES 19 h 00 - 20 h 30 JEAN-CHRISTOPHE
	AQUAPOWER 19 h 00 - 20 h 30 THERMES LAMALOU		AQUASTEP 19 h 00 - 20 h 30 THERMES LAMALOU	
ZUMBA STRONG 19 h 30 - 20 h 15 LOVENAH	INTERVAL TRAINING 19 h 00 - 20 h 00 OANA		PILATES 19 h 15 - 20 h 15 ISABELLE	STRONG NATION 19 h 30 - 20 h 15 LOVENAH

GAGNEZ EN FORME,
GAGNEZ EN SANTÉ !

