

FORFAIT MULTI-ACTIVITES

30 semaines d'activités prévues de sept. 2018 à juin 2019

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h30 - 10h30 Abdos-Fessiers Stretch (Martine)		9H30 - 11H Marche Nordique (Martine)	9H30 - 10H30 Gym - Cuisses Stretch (Martine)	
10h30 - 11h30 Gym - Stretch (Sandra)	10H00 - 11H00 Gym Tonique Stretch (Martine)		10h30 - 11h30 Postural Ball (Sandra)	10H00 - 11H00 Renforc. Muscul Gainage (Martine)
12H30 - 13H30 Postural ball (Sandra)			12H30 - 13H30 Pilates (Sandra)	
18H00 - 19H00 Pilates (Sandra)	18H00 - 20H00 Marche Nordique (Sandra)		18H30 - 19H30 Gym Tonique Gainage (Martine)	

Planning non contractuel, pouvant évoluer en cours d'année

TARIF FORFAIT MULTI-ACTIVITES*

	Salle	Castonétois	Autres
Forfait annuel multi-activités (sept/juin)	A1	153 €	170 €
Forfait semestriel multi-activités (janv/juin)	ou	103 €	115 €
Forfait trimestriel multi-activités (avr./juin)	A3	63 €	70 €

*accès à autant de séances hebdomadaires que souhaité

< 26 ans : - 5% sur le tarif adulte

certificat médical obligatoire

SALLE DE MUSCULATION : TARIF ANNUEL 120 € (sept 2018 à juin 2019)

50% de réduction pour les adhérents MJC.ONET

déjà inscrits au forfait multiactivités ou à un autre atelier de la MJC

Présence d'1 animateur les lundi et jeudi de 11H30 à 12H30

Accès libre les lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9H à 12H et de 14H à 18H (majeurs)

Salle fermée les mercredi, samedi & dimanche