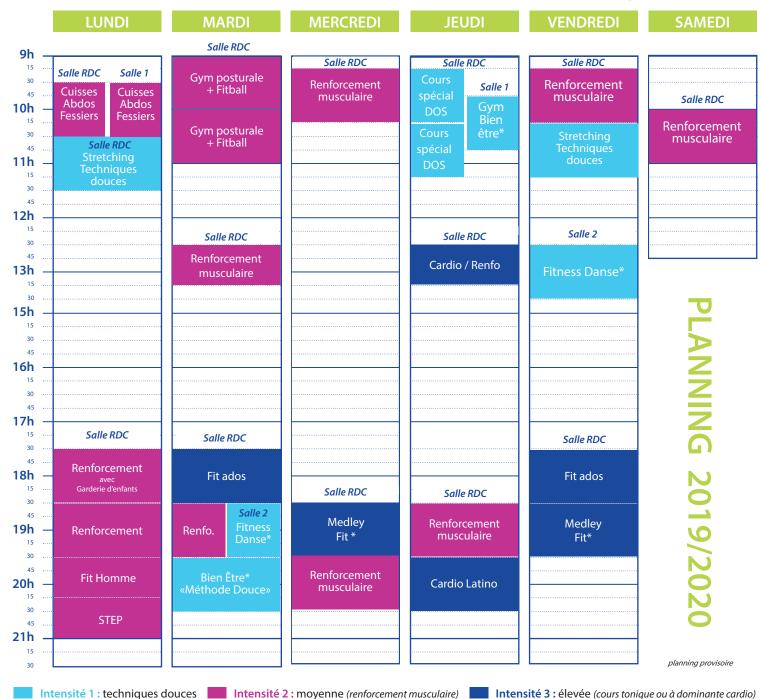
FITNESS





www.jfcholet.com

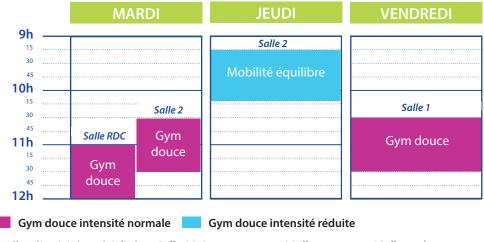


3 salles d'activités spécialisées : Salle RDC (rez de chaussée) / Salle 1 (1^{er} étage) / Salle 2 (2^{ème} étage) Professeurs > E: Emma I: Isabelle Ca: Cathy N: Nathalie L: Laetitia

* ACTIVITÉS JF : EXPLICATIONS

Gym Bien-Être: travail sur les sensations. Mélange pilates, stretching et renforcement des muscles profonds et posturaux Fitness / Danse: approche par la danse de l'entretien physique avec tonification et étirements Medley Fit: le plaisir d'une activité variée. Alternance de différentes techniques de fitness, la solution pour le « Tout en un »

GYMNASTIQUE DOUCE



3 salles d'activités spécialisées : Salle RDC (rez de chaussée) / Salle 1 (1er étage) / Salle 2 (2ème étage)

INFOS

FITNESS / GYM DOUCE

Début des cours le Lundi 2 septembre 2019 / Fin des cours le 27 juin 2020

Tout cours qui ne totalise pas un minimum de 10 adhérents pourra être annulé

Tarifs Fitness:

> 1 cours fixe par semaine: 172 €

> Forfait à volonté : 202 €

> Le cour avec Garderie d'enfant : 192 €

> Etudiant (-20%): 1 cours 145 € / Forfait 170 € (Offre non cumulable avec le coupon Nouveau Choletais)

Tarifs Gymnastique douce:

> 1 cours fixe par semaine : 125 € / Forfait à volonté : 175 €

Organisation des cours pendant les vacances scolaires :

> Vacances de la Toussaint : planning normal

> Vacances de Noël : pas de cours

> Vacances d'Hiver et de Pâques : planning allégé (à consulter sur www.jfcholet.com au minimum 1 semaine avant le début des vacances)

Organisation des cours les jours fériés :

Cours annulés le :

- > 1er et 2 novembre
- > 8 et 9 novembre
- > Lundi de Pâques
- > 1er et 2 mai
- > 8 et 9 mai
- > Lundi de Pentecôte