

LAETITIA FORME



CENTRE SPORTIF & CULTUREL

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

10H30
GYM
SANTÉ*

09H30
FITNESS
MAMAN*

09H30
FITNESS
MAMAN*

10H00
BODY
RING*

11H00
GYM
DÉTENTE*

11H00
GYM
DÉTENTE*

11H00
CIRCUIT
TRAINING
MIXTE

12H15
RENFO
DOUX

12H15
RENFO
DYNAMIQUE

12H15
CARDIO
RENFO

12H15
STRETCHING

12H15
CAF

16H00
ADO'S
MOOV*
10-13 ANS

14H00
GYM
SANTÉ*

17H00
ADO'S
MOOV*
14-17 ANS

18H00
CAF

18H00
RENFO
DOUX

18H00
STRETCHING

18H00
CARDIO
DYNAMIQUE

18H00
CIRCUIT
TRAINING
MIXTE

19H00
CARDIO
MOOVE

19H00
CARDIO
DYNAMIQUE

19H00
CARDIO
BOXE

19H15
CAF

19H00
RENFO
DYNAMIQUE

20H00
RENFO
DOUX

20H15
TRAINING
HOMME*

20H00
CAF

20H15
CIRCUIT
TRAINING
MIXTE

21H00
FITNESS
DANSE*

21H00
FITNESS
DANSE*

* possibilité de prendre un abonnement spécifique pour ce créneau

LAETITIA FORME

Cours collectif Fitness

Du 2 septembre 2019
au samedi 4 juillet 2020



ABONNEMENT ILLIMITÉ

229 €

Accès à l'ensemble des séances proposées du lundi au samedi sur 42 semaines. Interruption l'été et vacances de Noël.

CARTE 10 SÉANCES

58 €

La 1^o carte de l'année est à 75€, elle comprend l'adhésion à l'association d'un montant de 17€.

ABONNEMENTS SPÉCIFIQUES

184 €

*Body-Ring
Fitness'Danse
Gym détente
Training Homme
Ado's Moove
Fitness Maman (garde d'enfant)
Gym santé*

Certificat médical obligatoire à la 2^e séance

Se munir d'une bouteille d'eau, d'une serviette, et de chaussures propres pour les séances

Réduction sur les abonnements : si l'adhérent pratique une autre activité à la Laetitia.

Réduction famille : sur les abonnements à partir de la 2^e cotisation Laetitia Forme.

Possibilité de régler en 3 fois, ANCV acceptés.

CSC Laetitia - 49 rue Chanoine Larose 44100 Nantes - 02 40 40 76 30

www.laetitia-nantes.fr - accueil@laetitia-nantes.fr