

YOGA (de l'énergie)

Professeur : Laurence Reinert
Contact : laurence.reinert20@free.fr

Lieu : UNION – Petite salle

Mercredi de 17H00 à 18H15

Tarif : 170 € / an pour 1 cours

Mercredi de 18H30 à 19H45

PILATES

Coach : Mathilde
Responsable : Brigitte KLEIN (06 84 33 02 82) ou pilatesussm67590@gmail.com

Lieu : UNION – Petite salle

Tarif : 150 € / an pour 1 cours

Niveau 1 – DEBUTANT

Niveau 2 - Intermédiaire

Mardi : 10H15 – 11H15

Mardi : 9H00 – 10H00

Jeudi : 18H45 – 19H45

Jeudi : 17H30 – 18H30

GYMNASTIQUE DOUCE (NOUVEAU)

Coach : Lise
Responsable : Brigitte KLEIN (06 84 33 02 82) ou fitnessussm67590@gmail.com

Lieu : UNION – Petite salle

Mercredi 8H45 – 9H45

Tarif : 135 € / an

TARIF DES SEANCES A LA CARTE

Carte de membre obligatoire 60 euros (1 fois en début de saison)
+ carte 10 séances à 35 euros ou carte 20 séances à 60 euros renouvelables au courant de l'année

Les cartes séances donnent accès aux cours de Tabata, STEP, Cross Training,
Top Body & Stretch, Remise en forme, Cocktail Fitness, Pilates et gymnastique douce