

GYM DETENTE LA PALESTRE CHATEAURENARD

TARIFS 2024 - 2025 ADULTES ET SENIORS

LICENCE OBLIGATOIRE		LICENCE FFEPGV 27.50€	
		ADHESION PALESTRE 8.50€	
A RAJOUTER A LA COTISATION		TOTAL	36 €
COTISATIONS	PAR SEMAINE	ANNEE 34 semaines	EXTERIEUR
ACTIVITE EN SALLE / Séance d'1 heure		Septembre 2024 à Juin 2025	en 1X, 3X, 6X OU 10x
<i>GYM complète, Gym douce, Tonic Gym Mix, Gym Bien-Etre Pilates, Barre à Terre, Pilates, Yin Yoga, Kundalini Yoga, Cross-Training, Zumba Mix</i>	1 séance	214€ 72 + 2 x 71€ ou 39 + 5 x 35€ 25 + 9 X 21€	226€ 76 + 2 x 75€ ou 41 + 5 x 37€ 28 + 9 X 22€
	2 séances	236€ 80 + 2 X 78€ ou 41 + 5 x 39€ 29 + 9 X 23€	248€ 84 + 2 x 82€ ou 43 + 5 x 41€ 32 + 9 X 24€
	3 séances et +	281€ 95 + 2 x 93€ ou 51 + 5 x 46€ 29 + 9 X 28€	293€ 99 + 2 x 97€ ou 53 + 5 x 48€ 32 + 9 X 29€
		CARTE DECOUVERTE ZUMBA	10 SEANCES 90€
		CARTE DECOUVERTE YOGA	10 SEANCES 90€
		CARTE DECOUVERTE FEMME ENCEINTE	10 SEANCES 90€
ACTIVITE EXTERIEURE / Séance d'1 heure 30			
NORDIC WALKING/BUNGY PUMP		Septembre 2024 à Juin 2025	
	1 séance	163€ 55 + 2 x 54€ ou 28 + 5 x 27€ 19 + 9 X 16€	175€ 59 + 2 x 58€ ou 30 + 5 x 29€ 22 + 9 X 17€
	2 séances et +	212€ 72 + 2 x 70€ ou 37 + 5 x 35€ 23 + 9 X 21€	224€ 76 + 2 x 74€ ou 39 + 5 x 37€ 26 + 9 X 22€
ACTIVITE EXTERIEURE / Séance de 3heures			
RANDO'MARCHE		Septembre 2024 à Juin 2025	
	1 séance	190€ 64 + 2 x 63€ ou 35 + 5 x 31€ 10 X 19€	202€ 68 + 2 x 67€ ou 37 + 5 x 33€ 22 + 9 X 20€
		CARTE DECOUVERTE RANDO 10 SEANCES	90 €
ACTIVITE DANSE / Séance d'1 heure		Septembre 2023 à Juin 2024	
COUNTRY & NEW LINE DANCE	1 séance	147€ 3 x 49€ ou 27 + 5 x 24€ 21 + 9 X 14€	159€ 3 x 53€ ou 29 + 5 x 26€ 24 + 9 X 15€

SALSA BACHATA / ROCK	1 séance	172€ 58 + 2 x 57€ ou 32 + 5 x 28€ 19 + 9 X 17€	184€ 62 + 3 x 61€ ou 34 + 5 x 30€ 22 + 9 X 18€
	2 séances	199€ 67 + 2 x 66€ ou 34 + 5 x 33€ 28 + 9 X 19€	211€ 71 + 2 x 70€ ou 36 + 5 x 35€ 22 + 9 X 21€
	3 séances et +	244€ 82 + 2 X 81€ ou 44 + 5 x 40€ 28 + 9 X 24€	256€ 86 + 2 X 85€ ou 46 + 5 x 42€ 31 + 9 x 25€

ACTIVITE / Séance d'1 heure		Septembre 2024 à Juin 2025	
SOPHROLOGIE	1 séance	252€ 3 x 84€ ou 6 x 42€ ou 27 + 9 x 25€	264€ 3 x 88€ ou 6 x 44€ ou 30 + 9 x 26€
	2 séances	274€ 92 + 2 x 91€ ou 49 + 5 x 45€ 31 + 9 X 27€	286 96 + 2 x 95€ ou 51 + 5 x 47€ 34 + 9 X 28€
		CARTE DECOUVERTE 10 SEANCES	90 €

ACTIVITES SENIORS Séance d'1 heure		Septembre 2024 à Juin 2025	
A PARTIR DE 60 ANS uniquement		LICENCE NON COMPRISE	
GYM SENIORS "Bien vieillir"	2 séances	152€ 52 + 2 x 50€ ou 27 + 5 x 25€ 17 + 9 X 15€	164€ 56 + 2 x 54€ ou 29 + 5 x 27€ 20 + 9 X 16€
SENIORS MARCHÉ	2 séances	142€ 48 + 2 x 47€ ou 27 + 5 x 23€ 16 + 9 X 14€	154€ 52+ 2 x 51€ ou 29 + 5 x 25€ 19 + 9 X 15€
GYM SANTE A.P.A.	3 séances	157€ 53 + 2 x 52€ ou 27 + 5 x 26€ 22 + 9 X 15€	169€ 57 + 2 x 56€ ou 29 + 5 x 28€ 25 + 9 X 16€
MARCHE NORDIQUE A.P.A.	1 séance	109€ 37 + 2 x 36€ ou 19 + 5 x 18€ 19 + 9 X 10€	121€ 41 + 2 x 40€ ou 21 + 5 x 20€ 13 + 9 X 12€

Pour 2 activités **de couleur différente** pratiquées par la même personne 10€ à déduire **SUR LE 1ER CHEQUE DE COTISATION**

Pour 3 activités **de couleur différente** pratiquées par la même personne 15€ à déduire **SUR LE 1ER CHEQUE DE COTISATION**

Pour 4 activités **de couleur différente** pratiquées par la même personne 20€ à déduire **SUR LE 1ER CHEQUE DE COTISATION**

COUPLES pour la même activité 25€ à déduire **PAR PERSONNE SUR LE 1ER CHEQUE DE COTISATION non cumulable avec les autres réductions**

PARRAINAGE 10€ à déduire **SUR LE 1ER CHEQUE DE COTISATION**, si vous amenez une nouvelle personne à l'association

CHEQUES VACANCES ANCV & ANCV CONNECT, COUPONS SPORT, CHEQUES ACTOBI

A RAJOUTER 5€ de Frais de Gestion