

HORAIRES

	Matin	Après-midi
LUNDI	10h – 12h	14h – 21h
MARDI	10h – 12h	15h – 21h
MERCREDI	10h – 12h	14h – 21h
JEUDI	10h – 12h	14h – 21h
VENREDI	10h – 12h	14h – 21h
SAMEDI	10h – 12h30	

Fermeture annuelle:

Fermeture en Août

et pendant les fêtes de fin d'année

TARIFS

2017	FERTOIS	EXTERIEURS	C.E FERTOIS	C.E EXTERIEURS
MOIS	34 €	53 €		
TRIMESTRE	74 €	116 €		
SEMESTRE	128 €	204 €	119 €	189 €
ANNEE	182 €	286 €	158 €	247 €
10 SEANCES	47 €	73 €		
1 SEANCE	5 €	8 €		

COURS COLLECTIFS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
MATIN	11h00-11h45 Renforcement Musculaire	11h00-11h45 Renforcement Musculaire	11h00-11h45 Renforcement Musculaire	11h00-11h45 Renforcement Musculaire	11h00-11h45 Renforcement Musculaire	11h15-11h45 Renforcement Musculaire
	15h30-16h15 Renforcement Musculaire	16h00-16h30 Renforcement Musculaire	15h30-16h15 Renforcement Musculaire	15h30-16h15 Renforcement Musculaire	15h30-16h15 Renforcement Musculaire	
APRES MIDI	18h10-18h55 Renforcement Musculaire		18h10-18h55 Renforcement Musculaire	16h15-16h45 Stretching (Étirements)		
	19h00-19h45 Renforcement Musculaire	19h00-19h30 Renforcement Musculaire	19h00-19h45 Renforcement Musculaire	19h00-19h30 Renforcement Musculaire	19h00-19h45 Renforcement Musculaire	
SOIR	19h50-20h35 Step ou Biking (selon effectif)	19h35-20h20 Stretching (Étirements, relaxation)			19h55-20h40 Circuit Training	

EXTRAITS DU REGLEMENT :

(consultable en intégralité à la salle)

- Chaussures spécifiques
- Serviettes

MODALITES D'INSCRIPTION :

- Certificat Médical obligatoire
- Justificatif de domicile pour la CDC La Ferté-St Michel

Accès et coordonnées



Salle de Remise en Forme

3 Rue du 14 Juillet

61600 LA FERTE MACE

Téléphone: 02 33 30 05 58



Courriel: sports.loisirs@lafertemace.fr

www.lafertemace.fr

SALLE DE REMISE EN FORME



Ouvert du lundi au samedi matin