

HORAIRES

	Matin	Après-midi
LUNDI	10h – 12h	14h30 – 20h30
MARDI		
MERCREDI		
JEUDI		
VENDREDI		
SAMEDI	10h – 12h	

Fermeture annuelle:

Fermeture en Août

et pendant les fêtes de fin d'année

TARIFS

2021	FERTOIS	EXTERIEURS	C.E FERTOIS	C.E EXTERIEURS	ETUDIANT SCOLARISE A LA FERTE
MOIS	34 €	56 €			
TRIMESTRE	77 €	119 €			
SEMESTRE	131 €	210 €	122 €	195 €	
ANNEE	188,40 €	295,20 €	164 €	254 €	224 €
10 SEANCES	47 €	76 €			
1 SEANCE	5 €	8 €			

COURS COLLECTIFS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN	11h00-11h45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	11h00-11h45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	11h00-11h45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	11h00-11h45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	11h00-11h45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	11h00-11h30 RENFORCEMENT MUSCULAIRE Ou CIRCUIT TRAINING
APRES MIDI	15h30-16h15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	15h30-16h00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	15h30-16h15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	15h30-16h15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	15h30-16h15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	
				16h20-16h50 ASSOUPPLISSEMENTS		
SOIR	18h00-18h45 RENFORCEMENT MUSCULAIRE					
		19h00-19h30 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	19h00-20h00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE 45 minutes	19h00-19h30 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	19h00-20h00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE	
		19h35-20h20 ASSOUPPLISSEMENTS RELAXATION	+ ETIREMENTS 15 minutes		OU CIRCUIT TRAINING 45 minutes + ETIREMENTS 15 minutes	

EXTRAITS DU REGLEMENT :

(consultable en intégralité à la salle)

- Chaussures spécifiques et propres
- Serviettes

MODALITES D'INSCRIPTION :

- Certificat Médical obligatoire
- Justificatif de domicile pour les fertois
- Certificat de scolarité pour les étudiants fertois

[illegible]

www.lafertemace.fr

SALE DE remise en FORME



STRETCHING



MUSCULATION



Ouvert du lundi au samedi matin

