ESPACES FORME & BIEN-ÊTRE

pour les plus de 18 ans

JOURNÉES "DÉCOUVERTE"

vendredi 29 mars
de 10h à 19h30

&

samedi 30 mars
de 10h à 17h30

AU PROGRAMME :

GRATUIT !

ACCES LIBRE

Découverte de l'espace forme
- salle cardio
- salle fitness

Découverte de l'espace bien-être
(maillot de bain et serviette obligatoires)
- Saunas
- Hammams
- Solarium

Découverte des activités avec possibilité de participer aux cours cardio et/ou fitness
(réservation obligatoire pour les activités de fitness / voir détails des cours au verso)

La Pisc!ne
boulevard Voltaire-19100 BRIVE
05 55 74 37 27
contact.piscine@brive.fr

on en profite pour s'abonner !

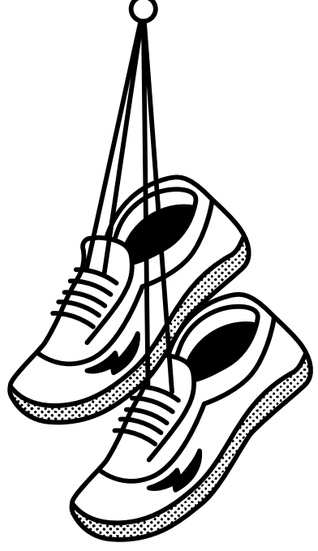
Tarifs *engagement de 3 mois consécutifs*

Abonnement comprenant :
accès bassins piscine + cardio + hammam + sauna

- Briviste*..... 40,70€/mois
- Non Briviste .... 51€/mois

**sur présentation d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois*

Fitness*



Tenue de sport OBLIGATOIRE

Munissez-vous d'un jeton pour les casiers

Vendredi 29 mars 2024

RESERVATION

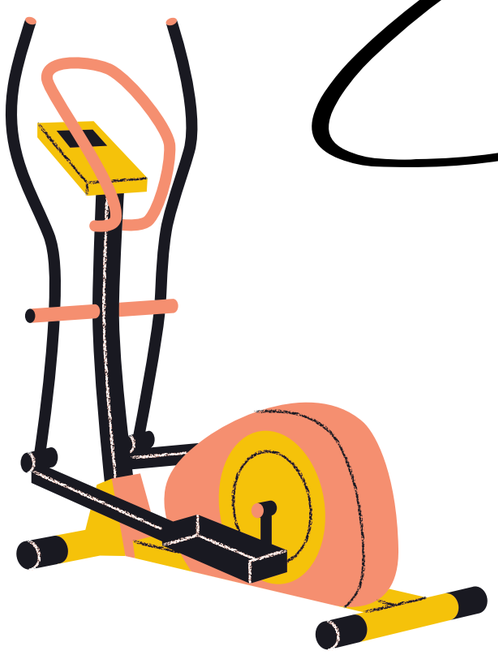
10h30-11h	Gym Seniors
11h15-11h45	Stretching
12h30-13h	FAC (Fessiers/Abdos/Cuisses)
15h-15h30	Abdos cardio training
17h30-18h	Circuit fitness
18h30-19h	FAC (Fessiers/Abdos/Cuisses)

Samedi 30 mars 2024

RESERVATION

10h30-11h	Bodysculpt
11h15-11h45	Pilates (débutants)
12h30-13h	Hatha Yoga
15h-15h30	Gym Remise en forme

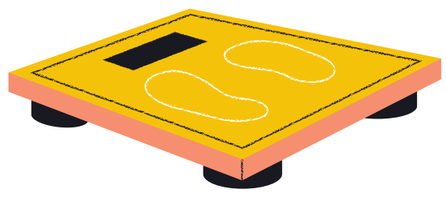
Cardio



- Rameurs
- Elliptiques
- Tapis
- Vélos
- Balance à bio impédancemétrie

Bilan Offert!

Bilan et suivi individualisé sur demande



---

* **Carte 60 cours**
Prix de revient à l'unité

- Briviste*..... 4,46€/cours
- Non Briviste .... 6,50€/cours

**sur présentation d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois*