



MONTPELLIER RIGUELONGUE



• cible publicité - 04 67 66 32 40 - crédits photos : fotolia - juillet 2018 - Ne pas jeter sur la voie publique.

MONTPELLIER RIGUELONGUE



OUVERT 7 JOURS / 7

04 67 707 707

INANDOUT-FITNESS.FR

TÉLÉCHARGEZ L'APPLI

IN & FITNESS
by club7

et gagnez 1 séance découverte !

planning
réservation
entrainement
infos
cadeaux

Google play App Store

TRAMWAY LIGNE 2
STATION SAINT-LAZARE

448 RUE DE LA ROQUETURIÈRE
34090 MONTPELLIER



SAISON 2018/19

YOUR ONLY LIMIT IS YOU



À LA CARTE IN & OUT

- Séance d'essai **5€**
- Pass 1 semaine // sans engagement **49€**
- Bilan Sportif et Programme **29€**
- PASS 1 MOIS

Droit d'entrée Pass sans engagement	70€
- LIBERTÉ // sans engagement	59€/mois
- SANTÉ // sans engagement	85€/mois
- VITALITÉ // sans engagement	130€/mois
- PRESTIGE // sans engagement	160€/mois

- OPTIONS :
 - Accès Sauna 7J/7 **10€/mois**
 - Casier ou serviette à l'année **10€/mois**
 - Accès club **LE NUAGE** "VILLAGE FORME" **10€/mois**
 - Ateliers SPORT (dimanche matin) **15€/mois**
 - You & Me (uniquement les vendredis et samedis) **12€/mois**

- COACHING INDIVIDUEL SUR MESURE⁽¹⁾

- 1 séance	59€
- 10 séances	550€ (55€/s)
- 20 séances	980€ (49€/s)

IN & OUT FITNESS

ABONNEMENTS

Starting Pack
(obligatoire lors de la souscription d'un abonnement)

Carte	20€
Droit d'entrée	50€

Bilan Sportif + Pass'Invité + Test Impédancemétrie + Programme d'entraînement

LIBERTÉ

- Libre accès aux équipements cardio musculation 7J/7 de 14h à 22h
- Accès aux programmes d'entraînements sur l'application
- Accès cours en vidéo sur l'application
- Accès parking privé gratuit

SANTÉ

- Libre accès aux équipements cardio musculation 7J/7 de 7h à 22h
- Libre accès aux cours collectifs de Fitness + cours ZEN (Yoga, Pilates, Qi Gong...)
- Libre accès aux cours collectifs de Biking (sur réservation)
- Libre accès IN & OUT CAMP
- Libre accès Sauna
- Accès parking privé gratuit

VITALITÉ

- Abonnement **SANTÉ**
- + 1 SOIN de 60 min /mois "sur mesure" au SPA (visage ou massage)⁽²⁾
- OU**
- Libre accès au Bassin relaxant, sauna, hammam + Espace de relaxation

PRESTIGE

- Abonnement **SANTÉ**
- 6 SOINS à l'année de 60 min «sur mesure» au SPA (visage ou massage)⁽²⁾
- Aquagym en illimité ou 1 séance de Personal Training par mois
- Libre accès Bassin relaxant, sauna, hammam + Espace de relaxation
- Libre accès au **NUAGE** "VILLAGE FORME" (cours collectifs, salle cardio musculation)

Tarifs Etudiants sur justificatifs uniquement - 30 ans. Frais changement d'abonnement : 20€.

AQUA

À LA CARTE AQUA⁽¹⁾

• 1 séance	21€	18€
• 10 séances	195€ (19,5€/s)	110€ (11€/s)
• 20 séances	380€ (19€/s)	190€ (9,5€/s)
• 40 séances	680€ (17€/s)	330€ (8,25€/s)

ABONNEMENTS

Droit d'entrée obligatoire : 30€

AQUAFITNESS

- 1 cours collectif IN & OUT/ semaine au choix
- Libre accès aux équipements cardio musculation de 7h à 22h (du lundi au vendredi)
- 1 cours d'aquagym au choix (aqua mix and bike, aqua forme...) / semaine
- Accès parking privé gratuit

AQUAGYM / AQUABIKE

- 1 cours / semaine : **59€/mois** - Étudiants et C.E. : **40€/mois**
- 2 cours / semaine : **75€/mois** - Étudiants et C.E. : **59€/mois**

KIDS

ABONNEMENTS⁽³⁾

NATATION & BÉBÉS NAGEURS

- 1 séance / semaine (36 séances sur 10 mois)
- 12 séances bébés nageurs* **198€ (16,50€/s)**

STAGES VACANCES SCOLAIRES

- Natation vacances scolaires (5 jours / semaine)
 - 1 semaine : **95€** - 2 semaines : **170€ (85€/semaine)** - 3 semaines : **240€ (80€/semaine)**

- Multi- activités (Natation, courses d'orientations, jeux...)
 - 5 JOURS de 9h à 17h , de 3 à 11 ans (goûter inclus) : **229€**
 - Option repas au restaurant Le Bazar (plat du jour+ dessert du jour) : **10 €/jour**

* Valable 6 mois à partir de la date d'achat

ADHÉRENTS

18€
110€ (11€/s)
190€ (9,5€/s)
330€ (8,25€/s)

AQUAFIT

79€ / MOIS
Étudiants et C.E.
55€ / mois

AQUAGYM

à partir de
59€ / MOIS
Étudiants et C.E.
40€ / mois

NATATION KIDS

45€ / MOIS

(1) Durée de séance 45 minutes, validité 10 séances : 6 mois ; 20 et 40 séances : 12 mois.

(2) Valable du lundi au vendredi.

(3) Hors vacances scolaires.