



ESPRIT FIT

MUSCULATION
CARDIO
COURS LES MILLS
BOXE
TRAINING
GOLF TRACKMAN

**UN CLUB
 UNIQUE,
 1200 M²
 DÉDIÉS
 AU SPORT !**



TARIFS

12 mois :	39,90 € / mois
6 mois :	44,90 € / mois
Sans engagement :	49,90 € / mois
Séance :	10 €
Carnet de 10 séances :	80 €
Semaine :	15 €
Frais d'inscription :	30 €

**Comité
 d'entreprise**

-5€ / mois et
 Frais d'inscription
 offerts **

Étudiant

-5€ / mois*

Duo

Abonnez-vous à
 deux et bénéficiez
 de -5€ / mois **

*Sur les abonnements 12 mois, 6 mois et sans engagement

** Sur les abonnements 12 mois et 6 mois



Pour atteindre **VOTRE OBJECTIF**
L'ACCOMPAGNEMENT est **INCLUS**
 dans votre abonnement

ENCADREMENT TOUTE LA JOURNÉE

BILANS FORME SUR DEMANDE

PROGRAMMES PERSONNALISÉS

BILANS & CONSEILS NUTRITION



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H00	CORE 30'	PILATES 45' RPM 45'	BODYPUMP 45'	STRETCHING 45'	CORE 30'	BODY BALANCE 55' RPM 45'	CORE 30'
11H00	BODY BALANCE 55' RPM 45'	BODYATTACK 45'	CORE 30' RPM 45'	RPM 45' SH' BAM 45'	BODY PUMP 45' RPM 45'	BODYPUMP 45'	BODY BALANCE 55' RPM 45'
12H30	BODY PUMP 45' RPM 45'	RPM 45' BODY BALANCE 55'	BODYATTACK 45'	BODY PUMP 45' RPM 45'	CORE 30'	CORE 30'	
17H30	BODY PUMP 45' RPM 45'	CORE 30' RPM 45'	RPM 45' BODY BALANCE 55'	CORE 30'	BODYPUMP 45'		
18H30	BODYATTACK 45'	SH' BAM 45' RPM 45'	BODYPUMP 45'	STEP 45'	RPM 45' CORE 30'		
19H30	RPM 45' CORE 30'	BODY PUMP 45' RPM 45'	CORE 30' RPM 45'	PILATES 45' RPM 45'	STRET CHING 45' RPM 45'		

Sophrologie
 Lundi 20h et
 mercredi 20h

ESPRIT FIT

HORAIRES

Lundi : 8h - 21h
Mardi : 8h - 21h
Mercredi : 8h - 21h
Jeudi : 8h - 21h
Vendredi : 8h - 21h
Samedi : 8h - 18h
Dimanche : 8h - 13h

COORDONNÉES

Nous rencontrer :
161 C Rue Joseph Cugnot
50 000 SAINT-LÔ

Nous joindre :
02.33.74.49.52
06.70.40.05.78
contact@esprit-fit.com

Une équipe présente tous les
jours pour vous accompagner !



MATRIX **LES MILLS** TRACKMAN