



POOL HOUSE MOUV'

Venez bouger !
au Pool House du Vallon

7 rue des Amandiers à Chavenay

Un **planning sportif complet** conçu pour toute la **famille** avec des cours diversifiés, de qualité, encadrés par des **professeurs diplômés** pour **bouger et progresser** au rythme de vos envies dans une **ambiance conviviale** !

Venez essayer

Semaine découverte
du 2 au 7 septembre 2024

PLANNING

À partir du 2 septembre 2024

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|---------------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------------|---------------------------|----------------------------|
| | 9H30 STRETCHING | 9H30 CORE TRAINING | 9H HATHA YOGA | 9H30 DANSE HIIT | |
| | 10H30 GYM DOUCE | 10H15 BODY FLOW | | | 11H30 HATHA YOGA |
| | | 14H30 DANSE HIIT | | | |
| 18H CROSS TRAINING | | 18H PILATES | | 17H PILATES | |
| 19H BODY FLOW | | | 19H15 SOPHRO MÉDITATION | | |

TARIFS

ABONNEMENT ANNUEL

SOLO : **350€**/an/Pers.

MAISON : **550€**/an/Famille*

CARTE 5 SÉANCES** **50€**

Supplément résidents Hors VALLON

Tarif SOLO uniquement **+30€**/an/Pers.

*4 pers max **valable pour 1 activité

NOS COACHS

Vanessa : Core Training,
Cross Training, Body Flow

Claire : Stretching,
Gym Douce, Pilates

Ambre : Danse Hiit

Sandrine & Sylvie :
Sophro Méditation

Maryse : Hatha Yoga

INSCRIPTIONS

Capucine Desbois / Email : capucine.desbois@gmail.com / Tél : 0611585513

Ou Forum des Associations de Chavenay le 7 septembre 2024



Pool House - 7 rue des Amandiers, 78450 Chavenay