

# CRYOTHÉRAPIE

**35€**  
LA SÉANCE

4 séances  
10 séances

120€  
250€

## SOINS AU CLUB FITNESS

### BAIN OU LIT HYDROMASSANT

20 min  
(Installation comprise)

27€

#### TARIF PARRAIN 20%\*

de remise sur votre abonnement Club Fitness & Bien-être en parrainant un nouvel abonné annuel.

### PACKAGES\*

1 lit hydromassant + 1 bain hydromassant 40€  
1 lit hydromassant + 1 séance de cryothérapie 60€

#### TARIF COUPLE 10%\*

de remise sur l'abonnement Club Fitness & Bien-être

\* Packages valables selon dispos, seulement au Club Fitness & Bien-être.  
Clients Hôtel ou détenteur d'un Accès au club.

## HORAIRES D'OUVERTURE & TARIFS

### CLUB FITNESS\*



DU LUNDI  
AU VENDREDI

8:30 - 12:45  
15:00 - 20:30

SAMEDI  
DIMANCHE

8:30 - 12:45  
15:00 - 19:30

\* Salle de sport, hammam, jacuzzi, sauna, salon zen, fontaine à glace

### CLUB BIEN-ÊTRE\*



#### Piscine eau de mer 31°

DU LUNDI AU  
VENDREDI

10:00 - 12:00  
15:00 - 20:30

SAMEDI  
DIMANCHE

10:00 - 12:45  
15:00 - 19:30

\* Parcours hydromarin, col de cygne, banquettes bouillonnantes, jets sous-marins, jacuzzi

**ENTRÉE 1/2 JOURNÉE**

(weekends, vacances et jours Fériés)

45€

**ENTRÉE 1/2 JOURNÉE - SEMAINE**

(du lundi au vendredi - hors vacances)

38€

## ACCÈS SUR RÉSERVATION

02 51 21 77 93



02 51 21 77 93

\* offres non cumulables | | Tarifs TTC susceptibles d'évoluer durant l'année



**EDITION 2024** - Tarifs 2023 garantis



# ABONNEMENTS

## MENSUEL

**239€**  
dont 4 cours\*  
&  
4 soins/mois

## SEMESTRIEL

**869€**  
dont 4 cours\*  
&  
4 soins/mois

## ANNUEL

hors semaines  
9-18-44-52

**1099€**  
dont 4 cours\*  
&  
4 soins/mois  
1165€ en paiement  
échelonné

## ANNUEL

**1419€**  
cours illimités\*  
&  
8 soins/mois  
1504€ en paiement  
échelonné

## ABONNEMENT SOIRÉE -30%

**167€**

**608€**

**770€**

**993€**

\*gym ou aquagym (hors aquabike)

### Votre fidélité récompensée

5% de remise pour tout réabonnement dans les 15 jours suivant la fin de votre abonnement

## COACHING PERSONNALISÉ

Renforcement musculaire, cardio, boxe...

30 min

26€

60 min

52€

3 heures

147€

Bilan de la condition physique avec

**L'APPAREIL ISOCINÉTIQUE**

90 min

52€

- SUR RÉSERVATION -

## ACTIVITÉS AQUATIQUES

### AQUAGYM

45 min

15€

Abonnement

30 séances

323€

### AQUABIKE

30 min

18€

5 séances

80€

10 séances

150€

20 séances

240€

### NATATION

30 min

28€

10 leçons

230€

## ACTIVITÉS EN SALLE OU EN EXTÉRIEUR

- SUR RÉSERVATION -

### GYM

15 min

15€

Abdos flash

45 min

15€

Full Body, stretching,  
cuisses abdos fessiers

60 min

15€

Gym posturale

### PILATES & YOGA

60 min

18€

# PLANNINGS

## - ACTIVITÉS AQUATIQUES -

Horaires susceptibles d'être changés

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30-10h00 <b>Aquagym</b>	9h30-10h00 <b>Aquagym</b>	9h30-10h00 <b>Aquagym</b>	9h30-10h00 <b>Aquagym</b>	9h30-10h00 <b>Aquagym</b>	9h00-9h30 <b>Aquagym</b>	9h15-10h15 <b>Aquabike</b> Détente
12h00-12h45 <b>Aquagym</b> Douce	12h00-12h45 <b>Aquagym</b> Douce	12h00-12h45 <b>Aquagym</b> Douce	12h00-12h45 <b>Aquagym</b> Douce	12h00-12h45 <b>Aquagym</b> Tonique		
			<b>NOUVEAUTÉ</b> 13h30-14h <b>Aquabike</b>			
14h30-15h00 <b>Aquagym</b>			14h30-15h00 <b>Aquagym</b>			
19h15-20h15 <b>Aquabike</b> Détente	19h15-20h15 <b>Aquabike</b> Détente	19h15-20h00 <b>Aquagym</b> Tonique	19h15-20h00 <b>Aquagym</b> Tonique	19h15-20h15 <b>Aquabike</b> Détente		

 Compris dans l'abonnement au Club Fitness

 Abonnement Aquagym 323€ ou 15€ la séance

 Hors abonnement 18€

## - ACTIVITÉS EN SALLE -

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h15 - 11h00 <b>C.A.F*</b>	10h45-11h00 <b>Abdos Flash</b>	10h15-11h00 <b>Full Body</b>		10h45-11h00 <b>Abdos Flash</b>		
11h15-12h00 <b>Stretching</b>	11h15-12h00 <b>Stretching</b>	11h15-12h00 <b>Stretching</b>	11h15-12h15 <b>Pilates</b> Fondamental	11h15-12h00 <b>Stretching</b>	11h15-12h15 <b>Pilates</b> Fondamental	
18h15-19h00 <b>Stretching</b>	18h15-19h00 <b>Full Body</b>	18h15-19h15 <b>Pilates</b> Intermédiaire	18h15-19h15 <b>Gym</b> posturale	18h15-19h15 <b>Renfo Stretch</b>		
	19h15-20h15 <b>Yoga</b>					

\*C.A.F: Cuisses. Abdos. Fessiers

 Abonnés au Club Fitness: Tous les cours sont compris dans l'abonnement

 Hors abonnement - 15€ sur réservation.

 Hors abonnement - 18€ sur réservation.

**Réservez vos cours en ligne (seulement pour les abonnés):**

<https://rbe-coteouest.aquao.fr/thalasso-cote-ouest/>