

## TARIF 2021-2022

<p><b>GYMNASTIQUE</b></p> <p>[Cardio-Abdos-Fessiers] [Gym tonique] [Gym entretien] [Gym douce] [Gym bien-être] [Gym équilibre et mémoire]</p> <p>1 cours : 82 € 2 cours : 140 € 3 cours : 160 €</p>	<p><b>ACTI-MARCHE [1h30]</b></p> <p><b>MARCHE NORDIQUE [1h30]</b></p> <p><b>110 €</b></p>
<p><b>STRETCHING – BODY ZEN</b></p> <p><b>95 €</b></p>	
<p><b>PILATES    QI-GONG – TAI-CHI    ZUMBA    CROSS-TRAINING</b></p> <p><b>120 € le cours</b></p> <p><b>195 € avec 1 heure de Gym</b></p>	
<p><b>RANDONNEES</b></p> <p><b>42 €</b></p>	
<p><b>ADHESION OBLIGATOIRE POUR TOUS</b></p> <p>- GIEROIS : 10 € - NON GIEROIS : 18 €</p> <p>+</p> <p><b>LICENCE INDIVIDUELLE : 27 €</b></p>	