

ACTIVITÉS PHYSIQUES			
EN SALLE			
ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES (APA) <i>séance de 45min - bilan 50€</i>			
VALABLE 1 AN			
10 séances	20 séances	40 séances	
130€	240€	400€	
<i>13€/séance</i>	<i>12€/séance</i>	<i>10€/séance</i>	
GYMS & ACTIVITÉS EN SALLE <i>séance de 60min</i> Gym globale & sensorielle, Pilates, Yoga - <i>hors vacances scolaires</i> Cardio-Stretching, Aviron-Santé, Cross-Training etc. - <i>toute l'année</i>			
VALABLE 1 AN			
10 séances	20.7€/s		207€
MIXTE - 5 séances + 5 séances AQUA	23€/s		230€
33 séances + 1 offerte (hors vacances scolaires)	17,2€/s		568€
45 séances + 2 offertes + frais d'adhésion offerts	17,2€/s		774€
Premium annuel* + frais d'adhésion offert			1 950€

EN PISCINE			
ACTIVITÉS AQUATIQUES <i>séance de 45min</i>			
VALABLE 6 MOIS			
5 séances	10 séances	20 séances	
135€	259€	476€	
27€/séance	25.9€/séance	23.8€/séance	
VALABLE 1 AN			
30 séances + 1 offerte	45 séances + 2 offertes	90 séances + 2 offertes	Premium annuel*
652€	932€	1 677€	2 236€
21.7€/séance	20.7€/séance	18.6€/séance	
	Adhésion annuelle offerte		



ACTIVITÉS PHYSIQUES		
EN SALLE		
SUR-MESURE <i>séance de 60min</i> Programme personnalisé et évolutif avec objectifs adaptés selon vos envies et vos besoins - coaching individuel ou possible en binôme.		
VALABLE 1 AN		
10 séances	65€/s.	650€

NAGE ENFANT	
Forfait au trimestre	250€
10 séances + 1 offerte / trimestre – Frais d'adhésion offerts	

À SAVOIR
EN GÉNÉRAL
Adhésion annuelle : 30€ / personne adhérente aux activités du centre. Possibilité de régler en plusieurs fois sans frais. Règlements à distance disponibles. Chèques ANCV papier et Connect acceptés sur l'ensemble des Activités et de l'Espace Bien-Être (sauf prestations). Cartes Cadeaux disponibles sur place ou à distance avec envoi PDF avec une validité de 6 mois à la date d'achat. <i>Nous demandons à toute personne de respecter le calme & la sérénité des lieux.</i>
ACTIVITÉS EN SALLE & EN PISCINE
Pour les cours en salle , veuillez apporter votre gourde d'eau, des baskets propres, une tenue adaptée et une serviette. Pour les cours en piscine , veuillez apporter votre maillot, serviettes et produits pour la douche. Les cours et les cabines sont collectifs, mixtes et limités en nombre. *Premium annuel = 330 séances à l'année maximum.
BIEN-ÊTRE
Lors de la privatisation de l' Espace Bien-Être le peignoir est inclus et la tisanerie est à votre disposition. Serviette de bain et tong non incluses. Les accès aux installations (sauna & hammam) sont interdits aux personnes de moins de 18 ans. Pour l'Offre Week-End Aquatique , tarifs pour les mineurs sur demande. Pour toute demande particulière à l' Espace Bien-Être , écrivez à spa@etreetmieuxetre.fr et pour tout évènement (anniversaire, EVJF etc.), les réservations et tarifs sont sur devis uniquement à la demande.
OFFRE BIEN-ÊTRE : 10 prestations achetées (SPA - Soins Visages - Massages) = 30 min offertes.

ESPACE BIEN-ÊTRE		
ESPACE BIEN-ÊTRE - PRIVATISATION		
Jacuzzi	30 min	15€ / pers
Accès Détente - Sauna, Hammam & Jacuzzi	1 h	40€ / pers.
	2 h	65€ / pers.
Offre Aquatique Jacuzzi & Piscine	Adulte	1 h 30 35€ / pers.
	Enfant	1 h 30 25€ / pers.
Offre Week-End Aquatique Sauna, Hammam, Jacuzzi & Piscine	2 h	70€ / pers.
Offre Week-End + (6 personnes minimum) Sauna, Hammam, Jacuzzi & Piscine	2 h	60€ / pers.
OFFRES EN DUO <i>pour 2 pers. avec SPA & Espace Détente privatisés - 1h</i>		
Soin Visage Rituels Fleurs de Bali / pers.	30 min	78€ / pers.
Massage Relaxant Zone / pers.	30 min	78€ / pers.
Soin Visage Rituels Fleurs de Bali & Massage Relaxant Zone / pers.	1 h	123€ / pers.
RITUELS BIEN-ÊTRE <i>pour 1-2 pers.</i>		
Volupté des Mers - Gommage aux sels marins & Massage volupté	1 h 30	135€ / pers.
Sublime de Polynésie - Jacuzzi, Gommage au monoï de Tahiti & Massage délassant	1 h 45	135€ / pers.
Ayurvédique Indien - Jacuzzi, Gommage énergétique aux épices & Massage tonifiant	1 h 45	135€ / pers.
De l'Orient - Hammam, Gommage au savon noir, Enveloppement au rassoul & Massage oriental	2 h	140€ / pers.
MASSAGES		
Gommage du Corps	20 min	40 €
Zone - dos OU jambes OU nuque/épaule/visage	30 min	45 €
Jambes Toniques - Gommage & Massage	30 min	55 €
Réflexologie Plantaire	45 min	70 €
Prénatal Femme enceinte - à partir de 3 mois	1 h	78 €
Relaxant aux Huiles chaudes parfumées	1 h	78 €
A la Bougie	1 h	80 €
Aux Huiles Essentielles	1 h	80 €
De Sparte - décontractant musculaire & détente profonde	50 ou 80 min	78€ - 98€
Aux Pierres chaudes	60 min	93 €
Détente Absolue - Soin Visage & Massage Corps (aux choix)	90 min	110 €

SPA, MASSAGE, SOINS ETC.		
SOINS VISAGE		
Eclat du Visage Rituel Fleurs de Bali	30 min	45 €
Nettoyage de peau - Vapozone	50 min	58 €
Nutrition intense	50 min	65 €
Anti-Âge - raffermissant	50 min	76 €
Sublimateur - Eclat & Lissage du teint	50 min	84 €
Perfecteur de Peau - Gommage double	50 min	84 €
KO BI DO - technique japonaise anti-âge global	50 min	94 €
Sensi-Marin - apaisant	1 h	72 €
Prestige - Anti-Âge & Massage Dos	1 h	110 €
Océan Secret Anti-Âge d'Exception	1 h 30	125 €
MINCEUR		
Express - Gommage Perles minceur & Modelage amincissant	30 min	48 €
Marine - Gommage aux sels marins & Enveloppement aux algues marines avec Modelage drainant	1 h	74 €
Cure 5 séances & 1 offerte avec Bilan + mensurations		320 €
Cure 10 séances & 2 offertes avec Bilan + mensurations		620 €
ENDERMOLOGIE & PRESSOTHERAPIE		
Collant		25 €
1 ^{ère} cure Corps - 10 séances avec Bilan + collant	30 min / séance	640 €
Cure d'entretien Corps - 10 séances	30 min / séance	570 €
Cure soin Zone - 10 séances	15 min / séance	290 €
Pressothérapie	20 min	37 €
Endermologie & Pressothérapie	45 min	70 €
Cure de Pressothérapie - 10 séances	20 min / séance	350 €
BEAUTÉ		
Mains	30 min	25 €
Beauté des pieds - Gommage & Massage	45 min	45 €
Vernis Semi-Permanent	30 min	30 €
Vernis Semi-Permanent French	40 min	35 €
Dépose de Semi-Permanent	20 min	15 €
Teinture des cils	20 min	16 €
Teinture des sourcils	20 min	18 €

L'activité physique bien ciblée et encadrée est considérée comme une thérapeutique non médicamenteuse puissante et sans effet secondaire.