



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