

# CULTURE PHYSIQUE - CARDIO FITNESS

## MUSCULATION / CARDIO

	Formule de base	Moins de 25 ans / Séniors + 65 ans
12 Mois	340 €	290 €
6 Mois	220 €	160 €
3 Mois	120 €	90 €
1 Mois	45 €	40 €
10 Séances	100 €	
1 Séance	15 €	
Prélèvement / Mois	31 €	27 €

**Le jeudi à 9h30 - ABDO Fessier**

**Le samedi à 9h30 - Culture physique et  
ABDO Fessier.**

Contrôle vidéo jour et nuit

Les cartes 10 séances pour les abonnements sont non nominatives.

Larges Facilités de paiement : 4 fois sans frais- Chèques vacances acceptés

Certificat médical -  
Carte magnétique **12 €** pour tout abonnement

- **50 %** pour le conjoint si inscription ensemble.

### Espace Musculation (2ème étage)

**ESPACE LIBRE D'ACCES TOUS LES JOURS**

Lundi au Vendredi 6h à 21h

Samedi 6h à 18h

Dimanche et jours Fériés 6h à 14h

Nous vous recommandons de respecter scrupuleusement l'horaire de fermeture pour ne pas dérégler le système d'alarme et de protection

# ESPACE HUMIDE - SAUNA - HAMMAM

## - AQUA GYM - AQUA BIKE

**Horaires à compter du 01/08/2024**

SPA (sous sol)		
SAUNA-HAMMAM-BASSIN A JETS		
Accès interdit aux mineurs même accompagnés		
Lundi	9h à 12h	17h à 20h
Mardi	9h à 12h	17h à 20h
Mercredi	9h à 12h	17h à 20h
Jeudi	Fermeture pour entretien	
Vendredi	9h à 12h	17h à 20h
Samedi	9h à 12h	17h à 20h
Dimanche et jours Fériés	9h à 13h	17h à 20h

1 Séance : **20 €**      20 Séances: **200 €**

**Serviettes** et **Chaussures** propres obligatoires  
dans les différents espaces du Club

Le club peut être amené à modifier le planning en cas  
d'éventuels imprévus

Sas Le Rochelois au Capital de 938418€ - RCS La Rochelle 332 639 236 APE 5510Z - 66 Boulevard  
Winston Churchill - 17 000 La Rochelle - Le Rochelois Fitness Club - Le Rochelois Hôtel

05.46.01.99.74 / CONTACT@LE-ROCHELOIS.FR