

Responsable section Club-Med Gym

- Jean-Michel MARGUERET (Tél. : 22 88 95)

Présentation :

- Stretching, aérobic, gymnastique traditionnelle, sports de combat, danse, piscine (dans certaines salles), sauna, hammam, bains à remous
- Le Gymnase Club est devenu Club Med Gym

Lieu et horaires :

- 22 clubs de sport à Paris, ouvert 7j/7 de 07h00 à 23h00,
- 10 piscines et plus de 50 activités,

Créez votre entraînement

- **En solo avec...**
 1. Des espaces cardio-training, musculation, abdos-étirements et des espaces silhouette destinés aux femmes pour un entraînement ciblé sur chaque partie du corps.
 2. 10 piscines pour optimiser en douceur le travail musculaire.
- **En groupe avec les cours collectifs...**
 1. Pour remodeler sa silhouette avec les cours de renforcement musculaire.
 2. Pour éliminer et se dépenser avec les cours de cardio-training.
 3. Pour se relaxer avec les cours d'assouplissement/bien-être.
 4. Pour s'évader et s'assouplir avec les cours de danse.
 5. Pour tonifier et se divertir avec les activités aquatiques

Participation demandée :

- Etre adhérent de l'Ascc (cotisation annuelle : 12€)
- forfait abonnement de Base 440€ (achat Ascc : 735€)

le site officiel du Club Med Gym : <http://www.clubmedgym.com/>

Attention l'achat d'une carte annule la possibilité de subvention réseau