

Mail:

nac.musculation@orange.fr

Site : nacmusculation.fr



**Suivez-nous aussi sur
Facebook et Instagram**



Adresse :

**Quai St Georges - 44390
Nort Sur Erdre**

Tel : 02 40 72 26 36

Mob : 06 76 19 69 68

**Pour s'inscrire, n'hésitez
pas à venir directement à la
salle suivant les horaires
d'ouvertures**

**Cours avec
Professeurs
Diplômés d'état**

**Renforcement
Musculaire
Pilates et Stretching
Cuisses Abdos
Fessiers
Tabata & Zumba
Gym Tonic et douce
Body Barres
Step
Circuit Training
Plateau Musculation**

**Salle de Fitness et
Musculation
à Nort Sur Erdre**

**NAC
MUSCU**

**Remise en forme
Cours collectifs
Détente
Sport et Plaisir**

Horaires et Tarifs Adhésion 2021-2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h30-10h30	RENFO MUSCU ③		RENFO MUSCU ①	RENFO MUSCU ①		RENFO MUSCU ②
10h30-11h30	GYM DOUCE ③		PILATES ①	PILATES SENIOR ①		RENFO MUSCU ② STRETCH ②
11h30-12h30						CIRCUIT TRAINING ②
14h30-15h30					SALLE MUSCU ②	<i>Nos professeurs:</i> ① Séverine ② Jean-Marie ③ Fabrice
15h30-16h30					CIRCUIT TRAINING ②	
17h00-18h00		PILATES ③	SALLE MUSCU ②			
18h00-19h00	GYM TONIC ①	CARDIO ③	SALLE MUSCU ②	BODY BARRE ②	RENFO MUSCU ①	
19h00-20h00	TABATA ①	PILATES ③	RENFO MUSCU ②	CARDIO ②	STRETCH ①	
20h00-21h00	PILATES ①		RENFO MUSCU ②	RENFO MUSCU ②		

L'adhésion donne accès à l'ensemble des activités cours collectifs et plateau appareils suivant les horaires d'ouvertures de la salle, du nombre de personnes admises par cours, et de règles sanitaires.

Documents adhésion : photo d'identité + 1 certificat médical de non contre-indication + signature du règlement intérieur et règles sanitaires

Tarif Annuel

170€

à partir du 1er
Septembre 2021
Adhérent adulte

Tarif Famille

160€

à partir du 1er
Septembre 2021
2ème adhérent
même famille

Tarif Famille

150€

à partir du 1er
Septembre 2021
3ème adhérent
même famille

Tarif Etudiant

140€

à partir du 1er
Septembre 2021
Etudiant à partir de
16 ans

Tarif Dégressif

100€

à partir du 1er Janvier
2022 suivant nombre
de mois restants