



« Si vous n'avez pas le temps de vous occuper de votre forme aujourd'hui, vous n'aurez pas la forme d'occuper votre temps demain... »

**Nos différents espaces et services compris dès le premier prix :**

- Musculation - machines guidées et libres avec haltères allant de 1 à 50kg.
- Cardio - rameur, tapis, vélo, elliptique, top excite...
- Cross-training - sacs de frappe, bosu, kettlebell, slam ball, box...
- Abdominaux - tous types d'appareils pour débutants et plus expérimentés.
- Bien-être et relaxation - sauna, sauna à infrarouge.  
*Accessibles de 09h30 à 19h45 les : mardis, jeudis et de 09h30 à 11h45 les samedis.  
En vous remerciant de libérer les douches avant la fermeture\* du club. \*Voir horaire d'accueil.*
- Coachs diplômés d'état - présents, pour vous, de 09h00 à 20h00.
- Programmes et suivis personnalisés - nécessitant un test de forme gratuit, réalisé par nos coachs, pour personnaliser à 100% votre programme pour atteindre le plus rapidement possible vos objectifs ! Pour un abonnement de 2 mois minimum et carte 20 séances.
- Nombreuses places de parking, gratuites + 1 Place handicapée + 1 Place deux roues.
- Accès aux personnes à mobilité réduite - Club de sport plein pied, aéré et spacieux.

**Coût supplémentaire voir grille tarifaire :**

- Cours collectifs certifiés LESMILLS - voir planning.
- Libre accès = accès au club 7j/7 de 06h00 à 23h00, 365j/an.

**Une séance d'essai** coûte **10 euros** et est déduite si vous prenez un abonnement.

**Nos abonnements sont :**

- Valables de date à date, et ce, pour une durée incompressible.
- Non remboursables, ni cessibles à une tierce personne (sauf accord de la direction).
- Non reportables à une date ultérieure, sauf cas exceptionnel [voir contrat].

**Pour obtenir des résultats à long terme :**



- Investissement personnel nécessaire.
- Deux à trois séances par semaine minimum.
- Pour les moins assidus, une fois par semaine, il existe une formule 20 séances pour poursuivre une activité physique à votre rythme et sans contrainte.

Le **certificat médical** est **obligatoire**, à nous fournir durant votre premier mois.

**Pour plus de renseignement :**

- 03.29.55.41.90
- [www.biorythme88.com](http://www.biorythme88.com)

Votre badge = 2€ de caution en espèce.

TARIFS ET ABONNEMENTS	LIBERTE 3 MOIS	PRESTIGE 12 MOIS <b>LE PLUS CHOISI !</b>	CARTE 20 SEANCES * Valable 12 mois	LIBRE ACCÈS DE 06H00 À 23H00 7j/7 – 365j/an
ACCÈS À TOUS NOS SERVICES SANS LES COURS COLLECTIFS 	<b>40,00 € / mois</b> Total = 120,00 €  <b>Optionnel</b> Libre accès* à <b>6,00 € / mois</b> Total = 18,00 €	<b>30,00 € / mois</b> Total = 360,00 €  <b>Optionnel</b> Libre accès* à <b>6,00 € / mois</b> Total = 72,00 €	Prix à la séance: <b>8,00 €</b> Total = 160,00 €  Libre accès compris !	<b>6,00 € / mois</b>  Tous abonnements (sauf carte 10 & 20 séances)
ACCÈS À TOUS NOS SERVICES AVEC LES COURS COLLECTIFS 	<b>48,00 € / mois</b> Total = 144,00 €  <b>Optionnel</b> Libre accès* à <b>6,00 € / mois</b> Total = 18,00 €	<b>36,00 € / mois</b> Total = 432,00 €  <b>Optionnel</b> Libre accès* à <b>6,00 € / mois</b> Total = 72,00 €		

- \* La carte 20 séances est nominative, vous pouvez profiter de tous nos services : cours co', musculation et libre accès.
- \* Libre accès = accès au club 7j/7 de 06h00 à 23h00, 365j/an.
- \* Une caution de 2€, en espèce, est demandée lors de votre inscription pour votre badge d'accès au club.
- \* Un mois unique vaut 60€, tout compris.

Moyen de paiement	Prélèvement automatique	Paiement comptant	paiement 2 fois	paiement 3 fois PNF** ou 3 chèques	paiement 4 fois PNF** ou 4 chèques
Coût	PRESTIGE 12 MOIS Frais de prélèvement de 24,00 €	Sans frais	Sans frais	Sans frais	Sans frais
Pièces à joindre	RIB / Chéquier Pièce d'identité	Pièce d'identité	Carte bleue / Chéquier Pièce d'identité	Carte bleue / RIB Chéquier Pièce d'identité	Carte bleue / RIB Chéquier Pièce d'identité
Type de paiement	Mois / mois + 2 chèques de caution	Carte bleue Chèque Espèces	2 chèques ou apport + 1 prélèvement du même montant	3 chèques ou apport + 2 prélèvements du même montant	4 chèques ou apport + 3 prélèvements du même montant

\*\* PNF : paiement par carte bancaire avec apport et prélèvements mois / mois sur votre compte bancaire.

**OFFRE DÉCOUVERTE**  
**2 MOIS À 98€ TOUT COMPRIS**









# HORAIRES COURS – COLLECTIFS

Document non contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension ! :)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h00	09h00 - 09h55 <b>FAC</b>	09h00 - 09h45  <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	*****	09h00 - 09h45 <b>MIX ZUMBA</b> CLASSIC/TONING 	09h00 - 09h55 <b>COMPIL</b>	09h30 - 10h15  <b>LES MILLS BODYPUMP</b>
10h00	10h00 - 10h45 <b>BODY TONING</b> À PARTIR DU 18/09/23	10h00 - 10h45 <b>STRETCHING</b>	*****	10h00 - 10h55  <b>LES MILLS BODYBALANCE</b>	*****	10h30 - 11h15  <b>LES MILLS RPM</b>  <b>CONSEIL DU COACH</b>

MIDI	12h30 - 13h00 <b>CIRCUIT TRAINING</b>	12h20 - 13h05  <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	*****	12h20 - 13h05  <b>LES MILLS RPM</b>	*****
------	--	--	-------	--	-------

PROFITEZ DU SAUNA APRÈS VOTRE SÉANCE !

16h50	*****	*****	16h50 - 17h20 <b>FAC</b>	*****	16h45 - 17h30 <b>STRONG</b> <small>by ZUMBA</small>
17h30	17h30 - 18h00 <b>FAC</b>	17h30 - 18h25  <b>LES MILLS BODYBALANCE</b>	17h30 - 18h15  <b>LES MILLS RPM</b>	17h30 - 18h00 <b>ABDOS</b>	17h45 - 18h30  <b>HIT WORKOUT</b>
18h00	18h05 - 18h35  <b>LES MILLS BODYPUMP</b>			18h10 - 18h55  <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	
18h30					
19h00	18h45 - 19h30  <b>COMBAT</b> 100% CARDIO	18h30 - 19h15  <b>LES MILLS RPM</b>  <b>CONSEIL DU COACH</b>	18h30 - 19h15 <b>STEP</b> CARDIO-CHORÉGRAPHIÉ	19h15 - 20h00  <b>LES MILLS RPM</b>	

PROFITEZ DU SAUNA APRÈS VOTRE SÉANCE !

## INFORMATIONS

**A savoir :** Les horaires des cours collectifs et du club peuvent changer pendant les vacances scolaires. Fermeture de l'accueil les jours fériés, accès libre pour les adhérents de 06h00 à 23h00 en « libre accès ».

**Plus d'info sur :** [WWW.BIORYTHME88.COM](http://WWW.BIORYTHME88.COM) ou sur [FACEBOOK \(BIORYTHME SAINT-DIE\)](https://www.facebook.com/biorythme.saintdie).

TEL : 03.29.55.41.90

MAIL : [biorythme88@orange.fr](mailto:biorythme88@orange.fr)



## - FICHE DE RENSEIGNEMENT -

DE SEPTEMBRE 2023 À JUIN 2024

### HORAIRE D'ACCUEIL

LUNDI	08H50 - 20H00
MARDI	08H50 - 20H00
MERCREDI	12H00 - 20H00
JEUDI	08H50 - 20H00
VENDREDI	08H50 - 19H00
SAMEDI	09H00 - 12H00

FERMETURE DE L'ACCUEIL LES DIMANCHES ET JOURS FÉRIÉS **SAUF LIBRE ACCÈS**  
*LES HORAIRES PEUVENT CHANGER PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES.*

### HORAIRES EN **LIBRE ACCÈS\***

**06H00 À 23H00 - 7j/7 - 365J/AN**

\*Pour profiter du libre accès (votre abonnement + 6,00€/mois)  
Accès aux personnes majeurs ou mineurs accompagnés d'un adulte.

Merci de vous adresser à l'accueil de votre club !