

## PACK SPORT-SANTE BIEN-ÊTRE - SAISON 2021-2022

### Les activités :

Jours	Horaires	Activités	Lieux
Lundi Mercredi	16h15-17h15 16h30-17h30	<b>GYM/ STRETCHING</b> Renforcement musculaire avec petit matériel, étirements	Faculté de Nîmes 5 rue du docteur Georges Salan 30000 Nîmes (parking à disposition)
Mardi	16h00-17h00 17h00-18h00	<b>CARDIO SANTE</b> Activité d'endurance (Fitness, Circuit Training...)	Faculté de Nîmes 5 rue du docteur Georges Salan 30000 Nîmes (parking à disposition)
Jeudi	12h30 – 13h30	<b>FREE FIT®</b> Renforcement musculaire en plein air sans matériel	Stade marcel Rouvière 140 Avenue Georges Dayan 30900 Nîmes
Jeudi	12h30-13h30	<b>MARCHE NORDIQUE</b> Marche et renforcement musculaire avec bâtons	A définir

### Les formules :

**Cotisation annuelle** de septembre 2021 à août 2022 à N2S : ..... 40€

+ **Licences Fédération Française Sports Pour Tous** : ..... 23.25€



LES FORMULES	ACTIVITES	TARIF
PACK COMPLET	Evaluation Initiale + Evaluation Finale + Deux ateliers collectifs sur le thème « Alimentation Equilibré » et « La santé par l'activité physique » + accès à la salle de cardio	
	+ 1 activité	150€
	OU + 2 activités	260€
	OU + 3 activités	370€
	OU + 4 activités	480€
SANS LE PACK	1 activité	110€
	OU 2 activités	220€
	OU 3 activités	330€
	OU 4 activités	440€
	+ accès à la salle de cardio	