

AUTRES ACTIVITÉS SPORTIVES

VELOS & BMC CYCLING CENTER

LOCATION DE VELOS ½ / 1 JOUR

GUIDE ACCOMPAGNATEUR ½ / 1 JOUR

30 € / 80 €

180 € / 280 €

VELOS DE COURSE, VELOS ELECTRIQUES, VTT, VELOS ENFANTS ET GUIDES

(RESERVATION TEL : 06 78 71 03 54 ou cycling@coquillade.fr)

GOLF VILLARS INITIATION GOLF

1 COURS DE GOLF INDIVIDUEL 60MIN

55 €

5 COURS DE GOLF INDIVIDUEL 60 MIN

220 €

PLUSIEURS PARCOURS DE GOLF 18 TROUS À PROXIMITÉ RÉSERVATIONS

(RESERVATION TEL : 04 90 74 71 71 ou info@coquillade.fr)

TENNIS

60 MIN COURS DE TENNIS INDIVIDUEL

85 €

60 MIN LOCATION DU COURT DE TENNIS

15 €

(RESERVATION TEL : 04 90 74 71 71 ou info@coquillade.fr)

NATATION

60 MIN COURS DE NATATION INDIVIDUEL

85 €

(RESERVATION TEL : 04 90 74 71 70 ou spa@coquillade.fr)



INFOS PRATIQUES

Une tenue de sport adaptée à la pratique sportive et des chaussures de sport propres sont requises. Les activités sportives, sont accessibles aux personnes de plus de 16 ans.

Veuillez nous informer sur les éventuels problèmes de santé (maladies cardiovasculaires, diabète, hypertension, allergies, accidents, opérations, etc.). Si vous êtes enceinte, merci de nous en informer pour que nous puissions vous conseiller sur des sports appropriés.

Un certificat médical est requis en cas de pathologie reconnue et diagnostiquée et pour des clients avec abonnement.

HOTEL – GASTRONOMIE – SPA & WELLNESS – CYCLISME - VIGNOBLE
SPA & WELLNESS CENTER Coquillade Village – Le Perrotet – 84400 Gargas
Tel. +33 490 74 71 70 - spa@coquillade.fr - www.coquillade.fr



SPORT & FITNESS



PROGRAMME PRINTEMPS

PLANNING COURS COLLECTIFS

Horaires	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00		AQUAFIT (30min)	BODY BALL (30min)	AQUABIKE (30 min)	FLOAT FIT (30 min)	QI GONG (60min)	YOGA (60 min)
10h30		FLOAT FIT (30 min)	FLOAT YOGA (30 min)	AQUABIKE (30 min)	BODY BALL (30min)	AQUALOGIX (30min)	
11h00						AQUABIKE (30 min)	
11h30						POLE DANCE (60min)	
12h30		AQUABIKE (30 min)	AQUALOGIX (30min)	FLOAT FIT (30 min)	AQUABIKE (30 min)		
13h00					AQUABIKE (30 min)		
18h00	BODY BALL (30min)	AQUALOGIX (30min)	FLOAT FIT (30 min)	AQUAFIT (30min)	FLOAT FIT (30 min)		
18h30	AQUABIKE (30 min)	BODY BALL (30min)	AQUAFIT (30min)	FLOAT FIT (30 min)	CYCLING INDOOR (30 min)		
19h00	AQUABIKE (30 min)	FLOAT FIT (30 min)	AQUABIKE (30 min)	AQUABIKE (30 min)			
19h30	CYCLING INDOOR (30 min)	AQUALOGIX (30min)	AQUABIKE (30 min)	AQUABIKE (30 min)			

* Le planning des cours collectifs est susceptible de changer selon les saisons

COURS COLLECTIFS & COACHING PRIVÉ

30 MIN	BODY BALL, CYCLING INDOOR	15 €
30 MIN	AQUAFIT, AQUABIKE, AQUALOGIX, FLOAT FIT, FLOAT YOGA	15 €
60 MIN	YOGA, QI GONG, POLE DANCE	20 €
30 MIN	COACHING PRIVÉ	50 €
60 MIN	COACHING PRIVÉ	85 €

AUTRES ACTIVITÉS SPORTIVES

60 MIN	COURS DE NATATION OU DE TENNIS	85 €
60 MIN	LOCATION DU COURT DE TENNIS	15 €

BACK TRAINING OU PROGRAMME MINCEUR

60 MIN	SPORT PERSONNALISÉ (30 MIN) + MASSAGE SCULPTEUR OU SPORTIF (30 MIN)	120 €
--------	--	-------



LES ABONNEMENTS

	DESCRIPTION	NOMBRE	AVANTAGES	PRIX
CARTES	Cours collectifs + Salle Fitness 30'	10 séances	+ 1 entrée spa offerte	150 €
	Cours collectifs + Salle Fitness 60'	10 séances	+ 1 entrée spa offerte	200 €
	Coaching individuel 60' Salle Fitness	10 séances	+ 1 entrée spa offerte	800 €
	Spa + Fitness, 5/7 jours	10 accès		360 €
	Spa + Fitness, 7/7 jours	10 accès		450 €
	Piscine 60 min, 5/7 jours	10 accès		180 €
ABONNEMENTS	Salle Fitness	1 mois		95 €
		6 / 9 / 11 mois	A partir de 6 mois : 10% de réduction sur les soins	80 € / mois
	Cours collectifs + Salle Fitness	6 mois	10 % de réduction sur les soins	110 € / mois
		9 mois		105 € / mois
		11 mois		95 € / mois
	Spa + Salle Fitness, 5/7 jours	1 mois	10 % de réduction sur les soins	200 € / mois
		6 mois		180 € / mois
		9 mois		160 € / mois
		11 mois		145 € / mois
	Spa + Salle Fitness 7/7	1 mois	10 % de réduction sur les soins	250 € / mois
		6 mois		225 € / mois
		9 mois		195 € / mois
		11 mois		180 € / mois
	TOUT COMPRIS : Fitness + Cours Collectifs + Accès Spa, 5/7 jours	6 mois	10 % sur les soins, 1 bilan "forme", 1 séance coachée Kinésis, 1 Bilan santé au naturel, des offres réservées aux membres plusieurs fois par an	220 € / mois
		9 mois		190 € / mois
11 mois		175 € / mois		
TOUT COMPRIS : Fitness + Cours Collectifs + Accès Spa 7/7	6 mois		250 € / mois	
	9 mois		220 € / mois	
	11 mois		200 € / mois	

INDIBA – HAUTE TECHNOLOGIE WELLNESS

DETENTE MUSCULAIRE, AMINCISSEMENT

30 MIN	INDIBA CORPS	90 €
60 MIN	MASSAGE PROFOND INDIBA	140 €
30 MIN	6 SÉANCES CORPS	480 €
30 MIN	12 SÉANCES CORPS	900 €

