REMISE EN FORME ET FITNESS

musculation - cardio training
cours collectifs - coaching

cours collectifs

- challenge athlétique brûleur de graisse, endurance musculaire et étirements
- cours de 30 à 45mn
- abonnement ou carte de 10 cours
- sur réservation

cardio

- matériel de cardio training et de musculation à disposition tout au long de la journée
- à volonté et en liberté
- abonnement ou carte de 10 accès
- sans réservation

f.a.c.

- accessible à tous les niveaux, ventre plat et fesses rebondies assurés rapidement
- cours de 45mn
- abonnement ou carte de 10 cours
- sur réservation

et bien d'autres cours coachés, du lundi au dimanche, pour que vous retrouviez la forme rapidement et durablement

planning et réservation sur www.cap-provinois.fr

Abonnements

... sans engagement et à volonté

cap aquatique

accès illimité aux bassins - venez nager ou vous amuser quand vous le souhaitez

	résidents	extérieurs
Frais d'adhésion enfants	19€	19€
Cotisation mensuelle	16,90€	19,90€
Frais d'adhésion adultes	29€	29€
Cotisation mensuelle	19,90€	22,90€

cap forme et bien-être

accès illimité au choix espace aquatique ou fitness + accès illimité au bien-être

	résidents	extérieurs
Frais d'adhésion	29€	29€
Cotisation mensuelle	29,90€	34,90€

cap all inclusive

tout à volonté - tous les espaces - tous les cours d'aquagym et de fitness (sur réservation en ligne)

	résidents	extérieurs
Frais d'adhésion	29€	29€
Cotisation mensuelle	49,90€	54,90€
Pour essayer une journée	17,90€	18,90€

★ Résidents de la Communauté de Communes du Provinois: sur présentation d'un justificatif de domicile ou de la carte du Provinois

Le CAP Centre Aquatique du Provinois

Centre Aquatique du Provinois
51 route de Nanteuil - 77160 Provins
www.cap-provinois.fr - 01 60 67 00 40