

LES RÉVEILS & SPORT & BIEN-ÊTRE

À partir de **10€** les 5 séances*
du 1^{er} juillet au 13 septembre 2019

* 10€ en ligne sur lagrandemotte.com / 15€ à la billetterie de l'Office de Tourisme



AQUAGYM YOGA PILATES PADDLE CUISSSES ABDOS FESSIERS



... NOUVEAU NOUVEAU NOUVEAU + NOUVEAU NOUVEAU NOUVEAU ...

SOIRÉES PADDLE

LES MARDIS ET JEUDIS DU 2 JUILLET AU 26 SEPTEMBRE

de 18h30 à 20h. Initiation, balade en Paddle suivi
d'un apéro festif sur la terrasse du Yacht Club

Nombre de participants : 25 max

Tarifs : 14€ en ligne sur lagrandemotte.com
15€ à la billetterie de l'Office de Tourisme

LGM
BY
LA GRANDE MOTTE

les 5 séances

du lundi au vendredi, du 1^{er} juillet au 13 septembre
 Réservations obligatoires (places limitées)
10€ en ligne sur lagrandemotte.com
15€ à la billetterie de l'Office de Tourisme

Points de
 rendez-vous
 sur sites aux
 oriflammes

LES RÉVELS
SPORT
 &
BIEN-ÊTRE
 LGM

POINT ZÉRO

de 9h à 10h
 et de 10h à 11h :

L'aquagym est une gymnastique dont les exercices sont effectués dans l'eau.

ENTRÉE PLAGE N°13

AQUAGYM



CENTRE NAUTIQUE

de 9h à 10h
 et de 10h à 11h :



PADDLE



CUISSES ABDOS FESSIERS

les lundis, mercredis et vendredis

de 9h à 10h :

PILATES

les mardis et jeudis

Développement des muscles profonds, amélioration de la posture, équilibrage musculaire et assouplissement articulaire.



YOGA

de 10h à 11h :

Le yoga est une discipline du corps et de l'esprit qui comprend une grande variété d'exercices et de techniques.

Infos pratiques : L'ensemble des cours sera assuré par des professeurs diplômés
 Du 1^{er} juillet au 13 septembre 2019 - Du lundi au vendredi de 9h à 11h
 Places limitées. Réservations à l'Office de Tourisme ou sur www.lagrandemotte.com

LGM
 BY
 LA GRANDE MOTTE

Conditions de vente : Le forfait comprend : l'accès à une activité, jusqu'à 5h de cours collectifs par semaine / le matériel fourni sur place. Le forfait est valable pour la semaine choisie, du lundi au vendredi. Merci de bien vouloir vous présenter en tenue adéquate pour la pratique de l'activité. Le pass semaine est non modifiable et non remboursable. Tout forfait délivré qui n'aurait pas été utilisé, ou utilisé partiellement, ne sera ni remboursé ni reporté. L'annulation d'au moins trois cours dans la même semaine, par l'organisateur, est la seule exception à la règle : le pass serait dans ce cas remboursé au prorata, ou reporté sur d'autres cours. Activités réservées aux personnes de plus de 18 ans.

Inscriptions et réservations à l'Office de Tourisme 04 67 56 42 00 ou sur LAGRANDEMOTTE.COM