

TARIFS

| ENTRÉE INDIVIDUELLE | CCMM | HORS CCMM |
|---|------|-----------|
| Accès salle cardio + espace bien-être | 12 € | 15,50 € |
| ABONNEMENTS MENSUELS | CCMM | HORS CCMM |
| Abonnement 2 espaces cours fitness + espace bien-être | 35 € | 42 € |
| Abonnement 2 espaces salle cardio + espace bien-être | 35 € | 42 € |
| Abonnement 2 espaces salle cardio + espace aquatique | 35 € | 42 € |
| Abonnement 2 espaces cours fitness + salle cardio | 35 € | 42 € |
| Abonnement 3 espaces cours fitness + salle cardio + espace bien-être | 42 € | 52 € |
| Abonnement 3 espaces cours fitness + espace bien-être + espace aquatique | 42 € | 52 € |
| Abonnement 3 espaces salle cardio + espace bien-être + espace aquatique | 42 € | 52 € |
| Abonnement 4 espaces cours fitness + salle cardio + espace bien-être + espace aquatique | 50 € | 60 € |

> Accès limité à 1 entrée par jour et par espace <

Tarif bracelet individuel : accès pour les forfaits, les pass et les cours encadrés (non remboursable)

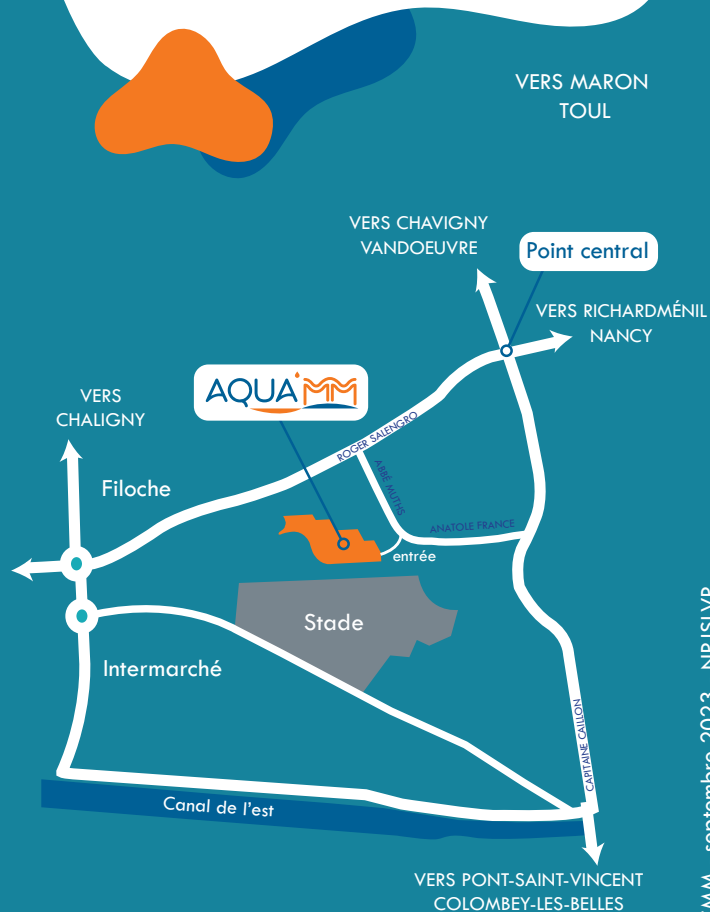
5 €

HORAIRES SALLE CARDIO

- Lundi et jeudi : de 9h à 19h
- Mardi et vendredi : de 9h à 20h
- Mercredi : de 8h à 19h
- Samedi : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30
- Dimanche : de 8h30 à 12h

INFOS PRATIQUES

30 rue Abbé Muths
54230 Neuves-Maisons
Tél. 03 83 47 99 00
aquamm@cc-mosellemadon.fr
www.aquamm.fr
facebook.com/ccmosellemadon



AQUA MM

ESPACE FORME PLANNING & TARIFS SAISON 2023 - 2024 A PARTIR DU LUNDI 18 SEPTEMBRE



Création CCMM - septembre 2023 - NPJSJVP

moselle
et madon

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|--|--|--|---|--------|----------|
| Ouvert au public 9h – 19h | Ouvert au public 9h – 20h | Ouvert au public 8h – 19h | Ouvert au public 9h – 19h | Ouvert au public 9h – 20h | | |
| PILATES 9h30 – 10h15 | BILANS SPORT SANTÉ 9h – 11h (30 min / bilan) | | BILANS SPORT SANTÉ 9h – 11h (30 min / bilan) | PILATES 9h30 – 10h15 | | |
| STRETCHING 10h30 – 11h15 | | | | STRETCHING 10h30 – 11h15 | | |
| | RENFORCEMENT MUSCULAIRE + 12h15 – 13h | | | CIRCUIT TRAINING 12h15 – 13h | | |
| BILANS SPORT SANTÉ 14h – 16h (30 min / bilan) | | | PILATES 14h – 14h45 | | | |
| | PILATES 15h – 15h45 | | RENFORCEMENT MUSCULAIRE 15h – 15h30 | BILANS SPORT SANTÉ 14h30 – 16h30 (30 min / bilan) | | |
| | STRETCHING 15h45 – 16h30 | | STRETCHING 15h30 – 16h | | | |
| | | RENFORCEMENT MUSCULAIRE 17h30 – 18h | | | | |
| | | STRETCHING 18h – 18h30 | HATHA YOGA 18h – 19h | PILATES 18h – 18h45 | | |
| | HATHA YOGA 18h30 – 19h30 | PILATES 19h – 19h45 | | | | |

-  Activités douces
-  Activités modérées
-  Activités intenses
-  Activités très intenses

Consultez le planning à jour des activités et réservez vos cours en ligne sur <https://aquamm.elisath.fr>



L'établissement fermera ses portes 30 min après l'évacuation des espaces et des bassins, le centre aquatique est fermé les jours fériés.