

## TARIFS

## HORAIRES



### POWER PLATE Pro6 (environ 40 mn)

La séance d'essai (10 min)	gratuit
La séance	28€
10 séances (valables 15 mois)	230€
25 séances (valables 15 mois)	480€
50 séances (valables 15 mois)	860€
<b>Forfait 3 mois</b> (2 séances par semaine durant 3 mois)	400€
<b>Forfait 6 mois</b> (2 séances par semaine durant 6 mois)	700€
<b>Forfait 1 an</b> (2 séances par semaine durant 1 an)	1200€
<b>Forfait 1 an (Hors Vacances Scolaires)</b> (2 séances par semaine durant 1 an)	950€

### ALICE, redessine votre silhouette

Une cure (15 séances d'1h)	970€
La séance supplémentaire	65€

### PILATES MAT ET STRETCHING

(8 personnes maximum par cours)

La séance d'essai	gratuit
La séance	15€
10 séances (valables 15 mois)	135€
20 séances (valables 15 mois)	220€
6 mois	400€
12 mois	600€
12 mois (Hors Vacances Scolaires)	500€

★ Tous nos abonnements sont nominatifs ★

# SEANCES PARTICULIERES SUR RENDEZ-VOUS

## COURS INDIVIDUEL PILATES (1H) solo et duo (-20% en duo)

La séance	50€
2 séances 45' (pré-mat)	70€
5 séances	240€
10 séances	410€

## SUIVI SPORTIF EXTERIEUR (1H) à domicile, sur la plage ou en entreprise ...

**Renforcement musculaire, Perte de poids, Préparation Physique,  
Aquagym ...**

La séance	60€
10 séances (valables 15 mois)	500€
Personne supplémentaire	30€
Entretien - test + Prog 5 mois	100€
Pack Forme (Entretien – test + Prog 5 mois ... 5 séances de coaching)	390€
Pack Performance (Entretien – test + Prog 5 mois ... 10 séances de coaching)	590€

## FORMULE PRIVILÈGE

Accès complet comprenant :

- Forfait 1 an Power Plate
- Forfait 1 an Cours Collectifs et Pilates mat
- 10 % de remise sur les cours individuels

1600€

## CRENEAUX POWER PLATE

### LA BAULE-ESCOUBLAC

42 av. Henri Bertho  
Face à l'église d'Escoublac

**Centre agréé Power Plate**

**02 40 53 90 54** // Cours Particuliers à domicile

	<b>LA BAULE-ESCOUBLAC</b> 42 av. Henri Bertho Face à l'église d'Escoublac  <b>Centre agréé Power Plate</b>  <span style="color: red;"><b>02 40 53 90 54</b></span> // Cours Particuliers à domicile		
Lundi	8h45 – 9h30 / 10h15 – 12h30		17h45 – 20h00
Mardi	8h30 – 12h30		17h30 – 19h45
Mercredi	8h45 – 9h30 / 10h15 – 12h30		
Jeudi			17h45 – 20h00
Vendredi	8h45 – 9h30 / 10h15 – 12h30		17h30 – 19h45
Samedi	8h30 – 12h30		

NB : Tenue à l'aise et sans chaussures pour les cours Power Plate. Serviette obligatoire.

### Détails des Cours Collectifs.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>PILATES</b> 9h30 – 10h15		<b>PILATES</b> <b>BALL</b> 9h30 – 10h15		<b>PILATES</b> 9h30 – 10h15	
					<b>PILATES</b> 10h45 – 11h30
	<b>PILATES</b> 19h45 – 20h30				

NB : Le Pilates se pratique en chaussettes ou pieds nus. Il est conseillé d'arriver en tenue, sinon un petit vestiaire est à votre disposition. N'oubliez pas de réserver votre place !

(Sur rendez-vous)  
Du Lundi au Vendredi  
8h45 – 12h30 et 14h30 – 20h00

Le Samedi  
8h30 – 12h30

---

*Ô Club, c'est le club de remise en forme nouvelle génération, regroupant les dernières activités performantes et du matériel de haute technologie. Un professionnel du sport et de la santé, diplômé d'état, sera à votre écoute et vous proposera des cours personnalisés de très grandes qualités dans une ambiance conviviale. Ainsi, vous serez guidé sereinement dans les différentes activités pour atteindre vos objectifs.*

*Ludovic*

---

**www.oclub.fr**

contact@oclub.fr

---

**À la Baule- Escoublac,  
42 av Henri Bertho  
02.40.53.90.54  
en face du parking de l'église  
d'Escoublac**

Facilité d'accès et de stationnement sur le club à toutes heures et à toutes saisons.



Adhérer à la page Ô CLUB sur Facebook !

Cliquez sur la mention « J'aime » et retrouvez les nouveautés, les offres et la vie du club en temps réel !