



# PLAQUETTE INFORMATIVES

2024



## **Bienvenue au Garage Club**

Bienvenue au Garage Club, votre espace dédié à la pratique sportive en toute sécurité et confort. Notre salle de 200 mètres carrés offre une capacité d'accueil de 20 sportifs, garantissant un environnement sécurisé et agréable pour tous.

Pour maximiser l'encadrement et le suivi personnalisé, chaque session est composée de 6 à 8 sportifs maximum. Cela permet à nos entraîneurs de se concentrer sur chaque individu, assurant ainsi un accompagnement optimal et des résultats efficaces.

Nos installations comprennent des vestiaires équipés de casiers individuels, ainsi que des douches séparées, offrant un confort maximal et une intimité idéale. Vous pourrez ainsi vous changer et vous doucher en toute tranquillité après chaque séance.

Rejoignez-nous au Garage Club pour une expérience sportive unique, alliant performance, sécurité et bien-être.

# CONTACT



## **AU GARAGE CLUB**

183 rue de fontenay, 94300 Vincennes

[contactaugarageclub@gmail.com](mailto:contactaugarageclub@gmail.com)

(+33) 6 29 79 89 04

[augarageclub.fr](http://augarageclub.fr)



# NOS ESPACES



# PLANNING

## CROSSTRAINING

**LUNDI - MARDI - MERCREDI - JEUDI - VENDREDI**

7H30 - 8H30

**LUNDI - MERCREDI - VENDREDI**

12H30 - 13H30

**LUNDI - MARDI - MERCREDI - JEUDI - VENDREDI**

18H - 19H

**LUNDI - MARDI - MERCREDI - JEUDI - VENDREDI**

19H - 20H

**SAMEDI**

9H - 10H

**SAMEDI**

10H - 11H

**SAMEDI**

11H - 12H

# PLANNING

## BOXE ANGLAISE

**MARDI - JEUDI**  
12H30 - 13H30

**MARDI - JEUDI**  
18H - 19H

**MARDI - JEUDI**  
19H - 20H

**JEUDI**  
20H - 21H - SPÉCIAL SPARRING

**SAMEDI**  
13H - 14H

# PLANNING

## MUAY THAI

**LUNDI - MERCREDI - VENDREDI**

12H30 - 13H30

**LUNDI - MERCREDI - VENDREDI**

17H - 18H

**LUNDI - MERCREDI - VENDREDI**

18H - 19H

**LUNDI - MERCREDI - VENDREDI**

19H - 20H

**SAMEDI**

10H - 11H

# PLANNING

## MUSCULATION

**LUNDI - MERCREDI - VENDREDI**

17H - 18H



# PLANNING

**MMA**

**VENDREDI**

18H - 19H

**SAMEDI**

14H - 15H

# PLANNING

**KIDS /ADOS - 8 À 15 ANS**

## MUAY THAÏ

**MERCREDI**

14H - 15H

**SAMEDI**

11H - 12H

## BOXE ANGLAISE

**MERCREDI**

15H - 16H

**SAMEDI**

12H - 13H

# TARIFS

## ABONNEMENT - ENGAGEMENT\*

2 MOIS DE DÉPOT DE GARANTIE À L'INSCRIPTION\*

### ADULTE LIMITÉ - 1X PAR SEMAINE

55€/mois

### ADULTE LIMITÉ - 2X PAR SEMAINE

80€/mois

### ADULTE ILLIMITÉ

110€/mois

### KIDS/ADOS

55€/mois

## ABONNEMENT - SANS ENGAGEMENT

### ILLIMITÉ

150€/mois

### ACCÈS SALLE

55€/mois



# TARIFS

## SÉANCE À L'UNITÉ

### **1 SÉANCE**

30€ - VALABLE 1 MOIS

### **3 SÉANCES**

60€ - VALABLE 3 MOIS

### **10 SÉANCES**

180€ - VALABLE 3 MOIS

### **20 SÉANCES**

320€ - VALABLE 6 MOIS

