

## RÉSERVEZ VOTRE ACTIVITÉS WELLNESS du mardi au vendredi

MARDI		MERCREDI	JEUDI		VENDREDI	
10h à 11h - 1h AQUADOS*	10h à 10h30 - 30min AQUABIKE*	10h à 10h30 - 30min AQUABIKE*	10h à 11h - 1h AQUADOS*		10h à 11h - 1h AQUADOS*	10h à 11h - 1h AQUASCULPT
	10h30 à 11h30 - 1h AQUASCULPT	10h30 à 11h - 30min AQUATRaining		11h à 11h30 - 30min AQUABIKE*	11h à 12h - 1h AQUARELAX*	11h à 11h30 - 30min AQUABIKE*
11h à 12h - 1h AQUARELAX*	11h30 à 12h30 - 1h PILATES	11h à 12h - 1h AQUASCULPT	11h à 12h - 1h AQUARELAX*	11h30 à 12h - 30min AQUATRaining		11h30 à 12h30 - 1h STRETCHING
12h à 13h - 1h AQUADOS*	12h30 à 13h - 30min AQUABIKE*	12h à 12h30 - 30min GYMBALL	12h à 13h - 1h AQUADOS*	12h à 13h - 1h TRAINING FIT	12h à 13h - 1h BALADE DES SENS	12h30 à 13h - 30min GYMBALL
	13h à 13h30 - 30min AQUATRaining	12h30 à 13h30 - 1h PILATES				13h à 13h30 - 30min AQUATRaining
	14h à 14h30 - 30min AQUATRaining	14h à 15h - 1h YOGA				14h à 15h - 1h PILATES
	14h30 à 15h - 30min AQUABIKE*					15h à 16h - 1h AQUASCULPT
	15h à 16h - 1h AQUASCULPT	15h à 16h - 1h AQUASCULPT				16h à 17h - 1h YOGA
	16h à 17h - 1h YOGA	16h à 16h30 - 30min COURS NATATION				16h à 17h - 1h YOGA
17h à 18h - 1h AQUARELAX*	17h à 17h30 - 30min AQUABIKE*	16h30 à 17h30 - 1h AQUASCULPT	17h à 18h - 1h AQUADOS*			17h - 17h30 - 30min AQUATRaining
		17h30 - 18h - 30min AQUATRaining				17h30 - 18h - 30min AQUABIKE*
18h à 19h - 1h BALADE DES SENS		18h à 18h30 - 30min AQUABIKE*	18h à 19h - 1h AQUARELAX*			18h à 19h - 1h PARCOURS NATURE

## NOS TARIFS 2024

### TARIFS CLIENTÈLE HÉBERGÉE À LA GRÉE DES LANDES

avec accès 2h à la piscine et à la salle Fitness lors de la séance.

COURS COLLECTIF : 24€/pers.

COURS PRIVATIF : 74€/pers. en SOLO et 94€/2 pers. en DUO

BILAN PERSONNALISÉ : 104€/pers.

PAUSE BIEN-ÊTRE\*\* (avec pause gourmande Bio & Locavore) : 50€/pers.

ABONNEMENT 10 séances collectives : 150€/pers.

ABONNEMENT 5 séances privées : 350€/pers.

### TARIFS CLIENTÈLE EXTÉRIEURE

avec accès 2h à la piscine et à la salle Fitness lors de la séance.

PAUSE BIEN-ÊTRE\*\* (avec pause gourmande Bio & Locavore) : 50€/pers.

ABONNEMENT 10 séances collectives : 150€/pers.

ABONNEMENT 5 séances privées : 350€/pers.

**Sur rendez-vous, selon créneau et disponibilité.**

### RÉSERVEZ VOTRE CRÉNEAU

PAR TÉLÉPHONE AU **02 99 93 35 37**

SUR LE SITE INTERNET [www.lagreedeslandes.com](http://www.lagreedeslandes.com)

OU PAR MAIL À [spayvesrocher@lagreedeslandes.com](mailto:spayvesrocher@lagreedeslandes.com)



©E. Berthier

■ Activités en salle ou extérieur

■ Activités en piscine ou bassin de relaxation

\*Capacité de 5 personnes maximum pour les Activités Aquabike, Aquarelax et Aquados.

**24€ la séance** pour la clientèle de l'Éco-Hôtel Spa Yves Rocher - **Formule abonnement** groupe ou privatif ou offre «Pause Bien-Être» pour la clientèle extérieure.

Pour les lundis, samedis & dimanches, les cours sont à la demande en fonction de la disponibilité des prestataires. Capacité de 4 personnes minimum ou cours privatif solo ou duo.