



TARIFS

LE COURS D'INITIATION : 10 €uros

ILLIMITES : TOUS LES COURS POLE ET COURS COMPLEMENTAIRES

TARIFS ETUDIANT

Cours à l'unité

25 €

- Annuel 65 € par mois
- Semestriel 75 € par mois
- Trimestriel 100 € par mois
- Mensuel 120 €

- Annuel 55 € par mois
- Semestriel 65 € par mois
- Trimestriel 90 € par mois
- Mensuel 110 €

Annuel : paiement sur 12 mois - Semestriel : paiement sur 6 mois - Trimestriel : Paiement sur 3 mois

COURS ADOS DE 13 A 17 ANS

- 1 cours de pole par semaine de Septembre à Juin
Pas de cours pendant les vacances scolaires , peut être rattrapé lors de cours adultes

35 € par mois

OPTIONS*

Cours complémentaires :

Chorégraphie - Exotic and Sexy - Pole Show - Renforcement musculaire - Stretching - Duo de Pole - Free Pole

- 1 cours de pole et 1 cours complémentaire par semaine 45 € par mois
- 1 cours de pole et 2 cours complémentaires par semaine 50 € par mois
- 2 cours complémentaires par semaine 30 € par mois
- Free Pole (Non abonnés) 10 € la séance **Gratuit aux abonnés**
- Cours Particulier 75 € 1h30

***Inscriptions sur 3, 6 et 12 mois renouvelables**

Infos

DUREE DES COURS

Cours de Pole :	1h30	- 30 minutes d'échauffement - 1 heure de Pole dance dont 5 minutes d'étirement en fin de cours
C.Complémentaires :	1h00	Chorégraphie - Pole Show - Stretching - Renforcement musculaire
	1h15	Exotic and sexy - Duo de Pole

TENUE

Echauffement et Stretching:	Pantalon de sport , chaussettes , débardeur (une tenue chaude et confortable pour votre corps)
Pole Dance et autres cours:	Short, débardeur, brassière

AVANT CHAQUE COURS

Pour votre confort et votre sécurité, il est indispensable de retirer vos bijoux et d'éviter les crèmes sur le corps.

L'hydratation est très importante durant vos cours , pensez à votre bouteille d'eau

La Pole Dance est un sport très acrobatique, il est essentiel de rester attentif aux consignes du professeur.

Ne vous fiez pas aux apparences la Pole Dance est accessible à tous, n'a pas d'âge ni de sexe alors venez comme vous êtes.

